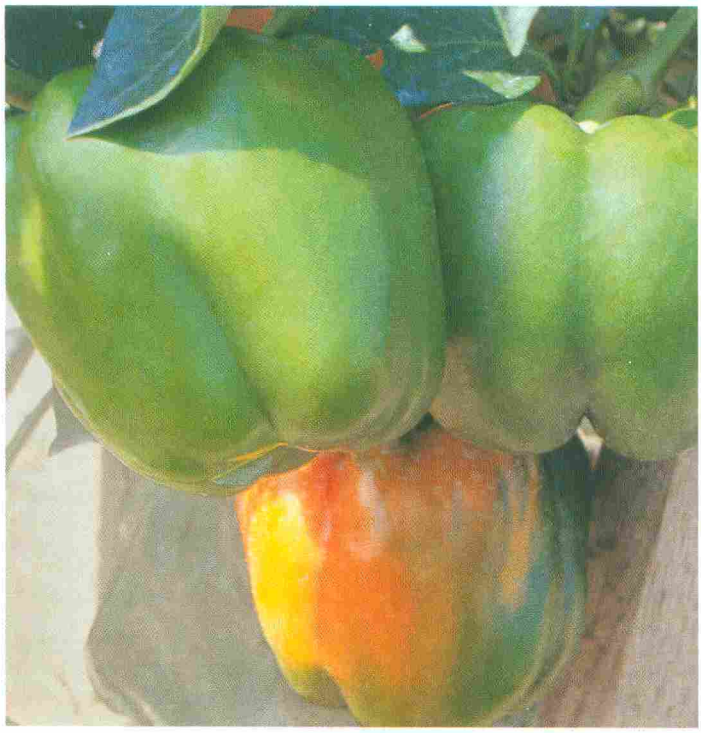
Guida illustrata

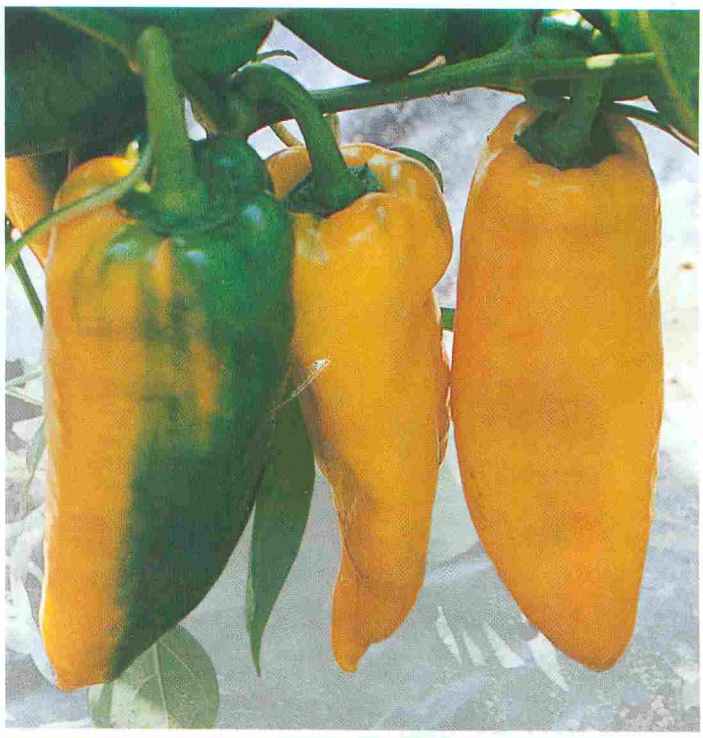
Vita in CAMPAGNA

4

COLTIVAZIONE PEPERONE

2007





SUPPLEMENTO N. 1 AL N. 4 DI VITA IN CAMPAGNA - CASELLA POSTALE 467 - 37100 VERONA - APRILE 2007 - ANNO XXV - ISSN 1120-3005 - MENSILE - UNA COPIA € 3,00

COMPO Nitrophoska® Orto Frutta

il concime ideale per il nutrimento delle colture dell'orto e del frutteto

Specifico per tutte le colture ortive e da frutto, con alto contenuto di elementi nutritivi (62%), **Compo Nitrophoska® Orto Frutta** è un concime minerale composto ad alto titolo in azoto, potassio (solo da solfato), con un contenuto equilibrato di fosforo, magnesio e zolfo.

Il sacco è molto pratico: maniglia resistente per un facile trasporto, zip richiudibile per evitare perdite di prodotto e per conservarne più a lungo l'integrità, dosi e modalità d'impiego più visibili e più facili da consultare.

Con **Compo Nitrophoska® Orto Frutta** i risultati saranno meravigliosi: piante dalla crescita armoniosa, con abbondanza di frutti dai colori brillanti e con un ottimo sapore.

Ma Compo Agricoltura non si è fermata al solo prodotto!

Da gennaio 2007, oltre alla già presente sezione sulla cura delle piante ornamentali, è possibile visualizzare consigli pratici sulla cura dell'orto e del frutteto direttamente on-line, accedendo al sito **www.compoagricoltura.it**, sezione consumer.
La consultazione è molto semplice: basta cliccare sul tasto "il mio orto e il mio frutteto", accedere alla parte che più interessa e visualizzare la coltura da curare al meglio.

Ogni scheda presenta informazioni sul posizionamento, sulla cura e sulla difesa delle malattie/insetti, oltre ai prodotti ideali da utilizzare, perciò con un paio di clic avremo un supporto professionale per seguire amorevolmente la crescita dei nostri ortaggi e dei nostri frutti.

www.compoagricoltura.it: un supporto sempre più completo a disposizione degli amanti del verde!

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

Compo Agricoltura Spa
Via Marconato 8 - 20031 Cesano Maderno (MI) - Tel. 0362.512.1 - Fax 512.301
www.compoagricoltura.it

Originario dell'America subtropicale e tropicale, scoperto durante le esplorazioni di Cristoforo Colombo e introdotto in Europa alla fine del 1400, il peperone è fra gli ortaggi estivi più conosciuti e diffusi in Italia. Se ne coltivano varietà diversissime per forma, consistenza, sapore e colore. È apprezzato per la sua capacità di combinarsi con altri ingredienti di stagione dando origine ad ottime preparazioni gastronomiche.

VITA IN CAMPAGNA
Mensile di agricoltura part-time con la maggior diffusione pagata in Italia (certificazione ADS)

Direttore Responsabile: Alberto Rizzotti
Vice Direttore: Giorgio Vincenzi
Redattori: Giuseppe Cipriani, Silvio Caltran
Redazione: Via Bencivenga/Biondani, 16 - 37133 Verona
Tel. 045 8057511 - Fax 045 8009240
E-mail: vitaincampagna@vitaincampagna.it
Internet: www.vitaincampagna.it
Editore: Edizioni L'Informatore Agrario spa - Via Bencivenga/Biondani, 16 - 37133 Verona
Presidente onorario: Alberto Rizzotti
Presidente: Elena Rizzotti
Vice Presidente: Giovanni Rizzotti
Amministratore delegato: Giuseppe Reali
Direttore commerciale: Luciano Grilli
Abbonamenti: C. P. 467 - 37100 Verona - Tel. 045 8009480 - Fax 045 8012980
E-mail: abbonamenti@vitaincampagna.it
Abbonamento annuale 2007: Italia euro 37,50; Estero euro 59,00. Sono previste speciali quote di abbonamento per studenti di ogni ordine e grado
Una copia euro 4,00 (arretrata il doppio, per gli abbonati euro 6,00) più spese postali
Conto corrente postale n. 11024379
Pubblicità: Via Bencivenga/Biondani, 16 - 37133 Verona
Tel. 045 8057511 - Fax 045 8009378
E-mail: pubblicita@vitaincampagna.it
Stampa: Mediagraf spa - Noventa Padovana
Registrazione Tribunale Verona n. 552 del 3-11-1982 - Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma 1, DCB Verona - Contiene I.P.
Copyright © 2007 Vita in Campagna di Edizioni L'Informatore Agrario spa
Vietata la riproduzione parziale o totale di testi e illustrazioni - ISSN 1120-3005

FEDERAZIONE ITALIANA FIEG EDITORI GIORNALI

Accertamento Diffusione Stampa
Certificato n. 5805 del 4/12/2006

Vita in Campagna non è in vendita nelle edicole, viene inviata solo su abbonamento

Guida illustrata alla coltivazione ed utilizzazione del peperone

a cura di:
Redazione (coltivazione)
Rita Bacchella (conservazione ed impiego in cucina)
Paolo Pigozzi (qualità nutrizionali)

Il peperone è uno degli ortaggi estivi più diffusi nei piccoli orti; la sua coltivazione non presenta particolari difficoltà e può essere coltivato in tutta Italia, con esclusione delle zone di collina medio-alta e di montagna; si adatta a diversi tipi di terreno, ma è abbastanza esigente in fatto di fertilità ed ha bisogno di frequenti irrigazioni.
Grazie alla capacità di questo ortaggio di fornire il proprio prodotto per un lungo periodo, sono in genere sufficienti pochi metri quadrati di superficie per soddisfare i fabbisogni familiari; i peperoni poi si prestano ad essere conservati con differenti modalità e pertanto possono arricchire la nostra mensa per quasi tutto l'anno.
In questa Guida trattiamo anche il peperoncino piccante che negli ultimi tempi ha preso sempre più piede, per il suo utilizzo in numerose preparazioni alimentari e per gli aspetti positivi che offre dal punto di vista dietetico; inoltre per le necessità familiari abbisogna di uno spazio veramente limitato (si può coltivare anche in vaso).
Questa Guida vuole essere, quindi, un aiuto a coltivare questi straordinari ortaggi con razionalità e nello stesso tempo un invito a sperimentare le loro numerose possibilità di utilizzo nelle preparazioni alimentari.

Sommario

4 Le origini e la diffusione del peperone, ortaggio molto presente nei piccoli orti

5 Le caratteristiche botaniche e le esigenze ambientali del peperone

8 I diversi tipi e le numerose varietà di peperone e di peperoncino

14 La produzione delle piantine, la preparazione del terreno e il trapianto

19 Le cure colturali: il peperone richiede sostegni adeguati e costanti irrigazioni

25 Cicli di coltivazione del peperone in pianura padana: sotto ampie protezioni, sotto piccoli tunnel e in pieno campo

26 La difesa del peperone da malattie, insetti dannosi e altre avversità

28 L'utilizzazione e la conservazione del peperone e del peperoncino

31 Le qualità nutrizionali del peperone e il suo impiego in cucina

Questa Guida esce come supplemento del mensile «Vita in Campagna» n. 4/2007
La tiratura del presente numero è stata di 88.500 copie

Le origini e la diffusione del peperone, ortaggio molto presente nei piccoli orti

Il peperone e il peperoncino fanno parte ormai, da un numero imprecisabile di decenni del nostro patrimonio alimentare e la loro diffusione nei piccoli orti ne è la testimonianza più evidente. Infatti dove il clima lo permette è ben difficile trovare un orto familiare in cui questi ortaggi non siano presenti. La coltivazione si è così radicata che alcune varietà, selezionate nel tempo, si sono legate a zone ben precise della nostra Penisola (ad esempio Quadrato d'Asti, peperone di Nocera, ecc.).

Foto: Consorzio del Peperone di Carmagnola (Torino)

Il peperone è coltivato in Italia su una superficie di circa 15.000 ettari, tra pieno campo e coltura protetta

Un po' di storia

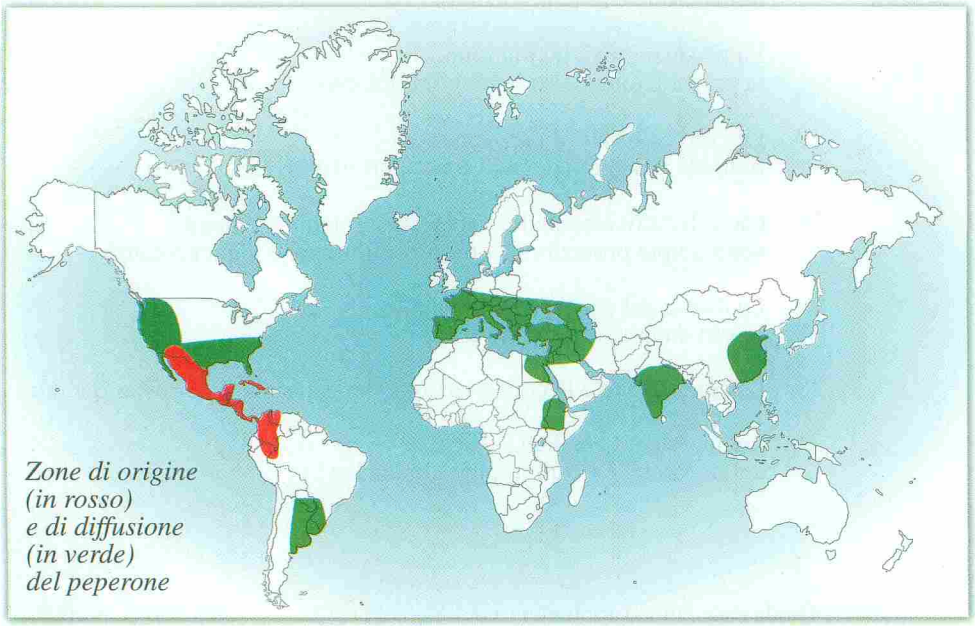
Anche il peperone proviene dal «Nuovo mondo», come il pomodoro, la patata, la zucca e molte altre specie. In Italia la sua coltivazione ha avuto un notevole incremento a partire dal 1960 e oggi se ne producono 3,5 milioni di quintali

Il peperone è uno degli ortaggi più conosciuti e diffusi in Italia e nel bacino del Mediterraneo. Proviene dalle zone calde dell'America subtropicale e tropicale (Perù, America centrale, Messico).

Scoperto durante le esplorazioni di Cristoforo Colombo, alla fine del 1400 fu portato (probabilmente dai Caraibi) in Europa e qui venne coltivato nelle aree climatiche che avevano dalla primavera all'autunno un periodo caldo sufficientemente lungo da consentire lo sviluppo della pianta, la formazione e la maturazione dei frutti. L'adattamento alle nuove zone di produzione fu in genere molto buono ed il peperone diventò un prodotto orticolo tra i più popolari.

Nel nostro Paese la coltura ha avuto un particolare incremento nella seconda metà del 1900. Dal 1960 al 1975 la produzione è in pratica raddoppiata e questo grazie anche al moltiplicarsi delle colture protette. Nell'ultimo decennio, però, nelle colture pofessionali si sono verificati problemi dovuti alla sanità delle piante (ad esempio virosi, marciumi della base del fusto) ed alla concorrenza del prodotto estero (Spagna, Olanda, Nord Africa).

In ogni caso la coltivazione riveste una rilevante importanza (attualmente la produzione nazionale si aggira sui 3 milioni e mezzo di quintali) specialmente in alcuni regioni della penisola: la Sicilia (dove vi è buona parte delle colture protette), la Campania, la Puglia, il Lazio, il Veneto, il Piemonte. ❑



Zone di origine (in rosso) e di diffusione (in verde) del peperone

In verde le regioni d'Italia dove è maggiormente diffusa la coltivazione del peperone

Le caratteristiche botaniche e le esigenze ambientali del peperone

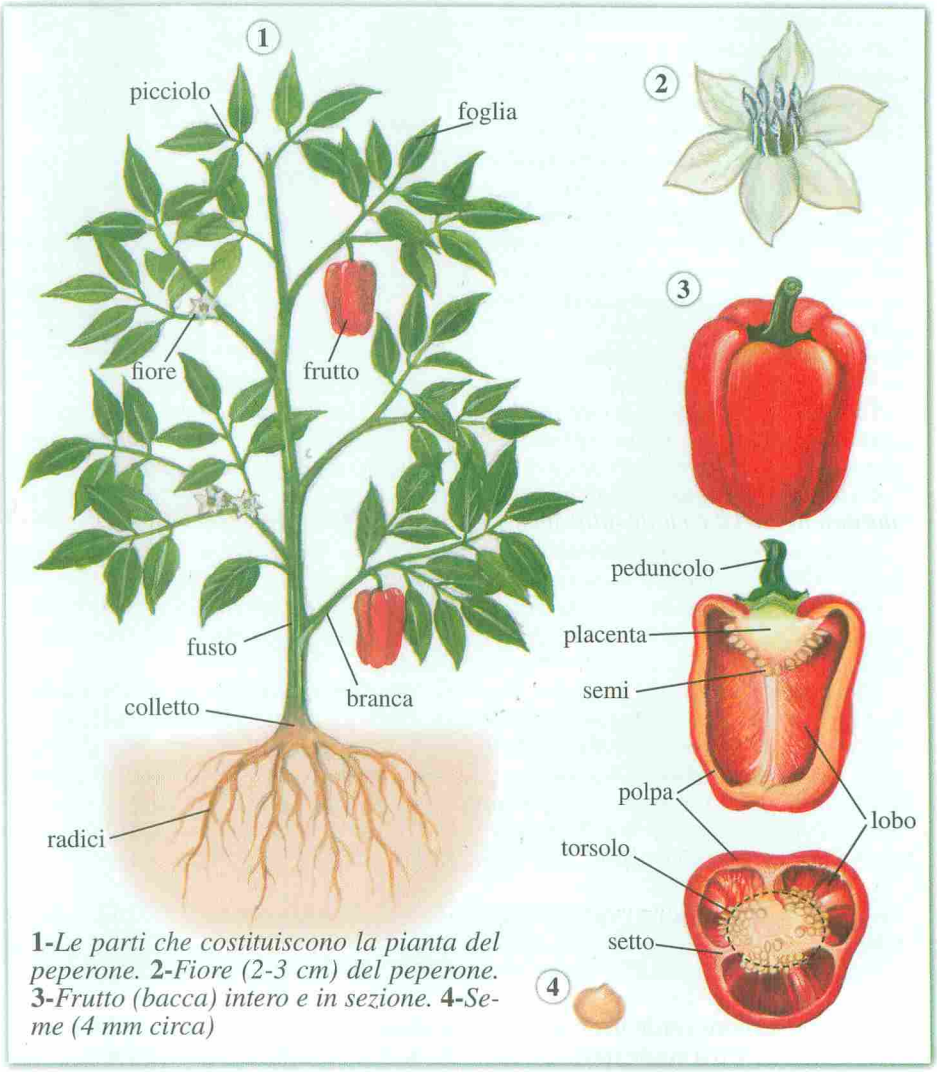
Il peperone (*Capsicum annuum*) è una pianta erbacea perenne, ma a ciclo annuale di coltivazione, appartenente alle Solanacee, famiglia botanica molto importante a cui appartengono anche la patata, il pomodoro, la melanzana.

Come si presenta la pianta

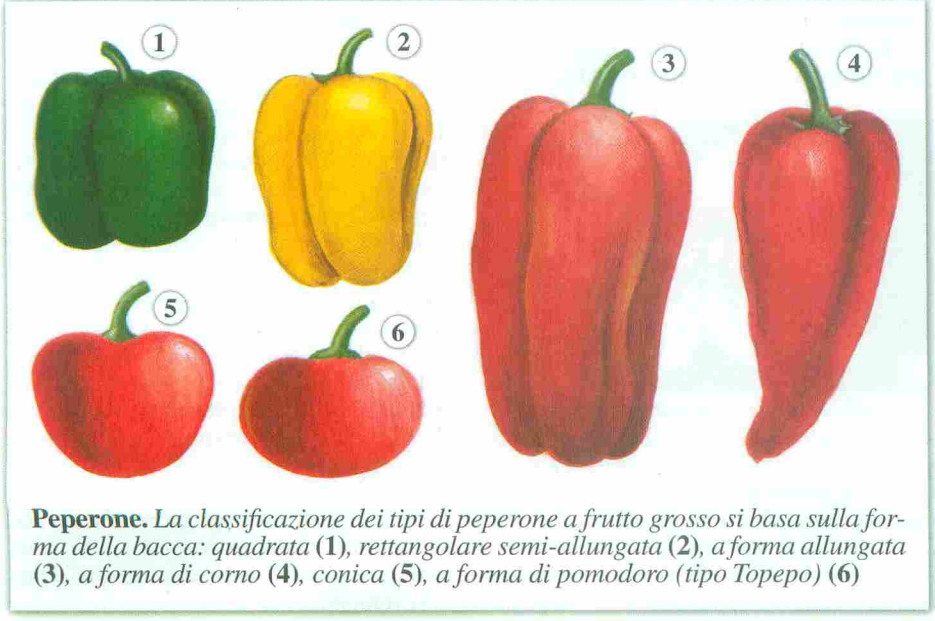
È una pianta alta da 30 a 120 cm di cui si consuma il frutto, di forma e dimensioni variabilissime, dal gusto piccante o dolce

La parte della pianta che si consuma è il **frutto** (bacca) di forma e dimensioni assai variabili a seconda delle numerose varietà. Lo spessore della polpa (pure oltre il mezzo centimetro) è uno dei maggiori pregi nei tipi usati per il consumo fresco e per alcuni usi industriali. La caratteristica «piccantezza», in alcuni casi molto pronunciata, è data dalla presenza di una sostanza chiamata capsaicina (o capsicina o capsicolo) e di composti affini detti capsaicinoidi. Sono invece dolci le varietà in cui questi componenti sono assenti o presenti in quantità estremamente limitate. Sembra che la piccantezza – cioè la presenza maggiore o minore di capsaicina e composti affini – sia determinata da un insieme di geni che hanno la prevalenza su quelli della «dolcezza».

I frutti fino alla loro completa forma-



1-*Le parti che costituiscono la pianta del peperone.* **2**-*Fiore (2-3 cm) del peperone.* **3**-*Frutto (bacca) intero e in sezione.* **4**-*Seme (4 mm circa)*



Peperone. *La classificazione dei tipi di peperone a frutto grosso si basa sulla forma della bacca: quadrata* (**1**)*, rettangolare semi-allungata* (**2**)*, a forma allungata* (**3**)*, a forma di corno* (**4**)*, conica* (**5**)*, a forma di pomodoro (tipo Topepo)* (**6**)

Peperoncino. *Alcune forme tipiche del frutto del peperoncino: allungata (da sottaceto) tipo sigaretta* (**1**)*, allungata tipo Cayenna* (**2**)*, tipo Friariello* (**3**)*, tipo Jalapeno* (**4**)*, a forma di ciliegia* (**5**)

Le diverse specie di peperone e peperoncino

1

2

3

4

Foto: F.lli Ingegnoli

Il peperone appartiene alla famiglia delle Solanacee. Il nome scientifico della sua specie è ***Capsicum annuum*** *ed esistono diverse varietà botaniche (ad esempio* ***abbreviatum***, ***acuminatum***, ***cerasiforme***, ***conoides***, ***fasciculatum***, ***grossum***, ***longum***) *da cui derivano i tipi coltivati. Questi ultimi hanno caratteristiche intermedie rispetto alle varietà botaniche.*
È soprattutto il ***Capsicum annuum*** *la specie da cui sono derivate la maggior parte delle varietà a frutto grosso e dolce, e diverse varietà di peperoncino.*
Specialmente come peperoncino vengono coltivate altre specie tra cui indichiamo di seguito le più diffuse.
– ***Capsicum frutescens****, perenne, diffusa in India, ha forma di arbusto e necessita di temperature piuttosto elevate; nei nostri ambienti è poco conosciuta, pur potendosene trovare qualche varietà (ad esempio Etna* **(1)** *e Adorno* **(2)**.
– ***Capsicum chinense****, originaria dei Caraibi; in alcune varietà produce frutti che assumono la forma di una lanterna cinese. La Habanero viene considerata la varietà che fornisce i peperoncini più piccanti. Le varietà Habanero* **(3)** *– rosso e arancio – e Fuoco della prateria* **(4)** *si possono trovare anche in Italia.*
– ***Capsicum pubescens****, specie diffusa nel Perù, è ritenuta la più resistente al freddo. Si distingue dalle altre perché ha i fiori di colore violaceo e i semi scuri. È però poco nota nelle nostre zone.*
– ***Capsicum baccatum****, conosciuta in sud America, ma anche in Messico e in India, è invece poco nota nel nostro Paese. Possiede frutti allungati o globosi.*
I peperoncini, per la molteplicità delle forme delle piante e dei frutti, per il loro colore, la buona adattabilità ambientale pure in climi caldi, vengono adoperati anche per scopi ornamentali. In alcuni casi l'uso può essere duplice, per ornamento e impieghi di cucina. La possibilità di coltivarne diverse varietà in vasi, anche di limitate dimensioni, amplia la gamma della loro utilizzazione.

Le varietà indicate sono reperibili presso la ditta F.lli Ingegnoli (vedi indirizzo a pagina 13).

zione sono di colore verde in diverse tonalità (da giallastro a verde intenso), ma vi sono varietà con bacche quasi bianche o viola. Se si lasciano maturare diventano poi gialli o rossi, in diverse gradazioni, sempre in rapporto alla varietà di appartenenza. Il colore rosso, talora molto acceso, è dovuto alla presenza di sostanze coloranti come la capsantina e la capsorubina.

Le bacche di peperone, sia per le forme che per i colori intensi e brillanti, sono tra i frutti più attraenti che la natura ci possa offrire.

All'interno della bacca si trovano i **semi** sostenuti da una massa di tessuto (placenta) collegata al peduncolo. Questo unisce la bacca alle diramazioni del fusto ed è lungo 2-6 centimetri. Sovente il peduncolo è piuttosto robusto e porta, se è rivolto verso il basso, frutti penduli, se verso l'alto eretti, se è invece orizzontale semieretti.

La placenta ed i semi costituiscono la parte che viene comunemente detta torsolo e che, assieme al peduncolo, di regola viene scartata quando si consumano i peperoni.

Le bacche sono originate da **fiori** ben visibili (1,5-2,5 centimetri di diametro), di colore in genere bianco che, normalmente, sono inseriti alla base della foglia (ascella) oppure delle diramazioni del fusto. Nello stesso fiore è presente tanto la parte maschile quanto quella femminile (fiore ermafrodita).

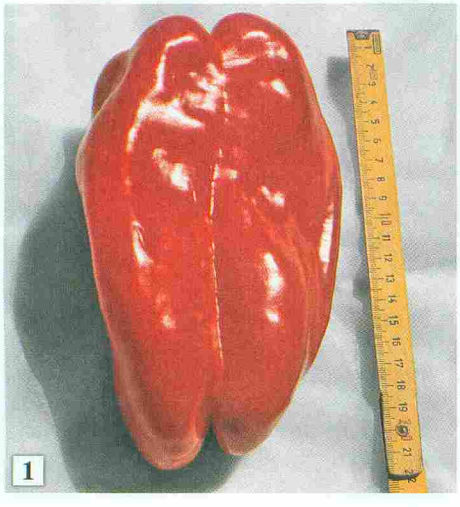
I fiori sono prodotti in numero piuttosto elevato, ma solo una piccola percentuale (6-10% circa) riesce a formare il frutto cioè ad allegare. In linea generale la fecondazione dei fiori avviene senza che vi sia la necessità dell'intervento di insetti o del vento: si verifica cioè il fenomeno detto autofecondazione. Talvolta però anche gli insetti, in percentuali variabili, possono compiere l'impollinazione.

Il **fusto** del peperone è alto da 30 a 120 centimetri – ma può raggiungere altezze ben maggiori in coltivazioni prolungate realizzate in serre anche riscaldate – e presenta delle ramificazioni talvolta piuttosto fragili.

Le **foglie** sono semplici (ovato-ellittiche), lisce e spesso terminano a punta. Risalta in particolare la loro lucentezza. Quelle dei peperoncini sono, in media, di minori dimensioni.

Le **radici** delle piantine appena nate penetrano verticalmente nel terreno (fittonanti), ma in seguito al trapianto si formano numerose diramazioni con abbondante produzione di radici secondarie e di radichette. L'apparato radicale del peperone in terreni fertili e ben irrigati si sviluppa superficialmente (in altre condizioni, a seconda delle varietà e del tipo di suolo in cui è messo a dimora, può approfondirsi fino a 60-120 centimetri). Spesso si nota una sproporzione tra lo sviluppo delle radici e quello delle altre parti della pianta, in particolare nelle varietà con fusto che si sviluppa notevolmente in altezza, che, quindi, è consigliabile sostenere.

Il ciclo di coltivazione di gran parte delle colture attuate nelle nostre zone è annuale e dura 170-240 giorni. Nelle zone in cui il clima lo consente può talora durare oltre un anno (è cioè una pianta perennante).


1

2

1-*Il colore rosso, talora molto acceso, dei frutti di molte varietà è dovuto alla presenza di una sostanza colorante chiamata capsantina accompagnata dalla capsorubina.* **2-***Fiore di peperone. Dei fiori che la pianta produce solo una limitata percentuale (6-10%) riesce a formare il frutto*

Il clima

Ama i climi caldi e viene coltivato in tutta Italia, tranne che in zone di collina medio-alta e di montagna. È un ortaggio che abbisogna di frequenti irrigazioni

Le esigenze di temperatura del peperone sono abbastanza simili a quelle del pomodoro. Questo ortaggio ama cioè i climi caldi e, nel nostro Paese, viene coltivato in piena aria da quando la primavera si è ben affermata fino ai primi freddi autunnali. Per questo lo troviamo coltivato in tutta Italia tranne che in zone di collina medio-alta e di montagna.

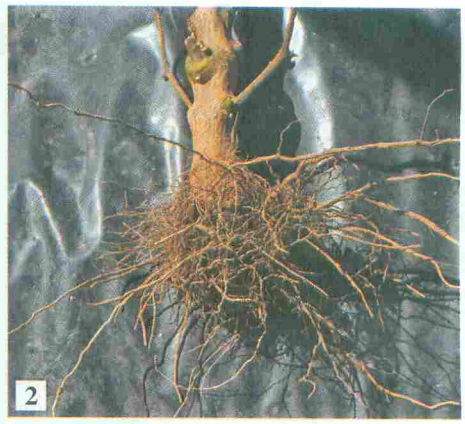
Vi sono però, come di consueto, differenze lungo la penisola: in Valle Padana si inizia la coltura all'aperto a fine aprile-metà maggio e si protrae fino in prossimità delle prime gelate (inizio di novembre); nelle regioni centrali e ancora di più, in quelle meridionali il periodo di coltivazione è invece più lungo perché il clima consente di anticipare di due-tre settimane la messa a dimora e di posticipare la raccolta.

Le temperature entro le quali si svolgono in modo ottimale le principali funzioni vitali del peperone vanno da circa 16 a 28° C; la vegetazione si blocca a 10-12° C e sopra i 28° C. Per tale motivo è necessario, nelle colture protette, arieggiare con prontezza prima che si raggiungano valori elevati di temperatura.

Temperature troppo elevate (35° C) non consentono una regolare formazione dei frutti (vi sono quindi problemi di allegagione). Le piante giovani sono di regola più sensibili al freddo, mentre quando crescono diventano un po' più resistenti.

Questo ortaggio per esprimere a pieno le proprie capacità produttive ha bisogno di frequenti irrigazioni per cui è necessario disporre di acqua per tutto il periodo della sua coltivazione.

1


2

1-*Le foglie di peperone possono avere forma leggermente diversa a seconda delle varietà. Nella foto, a sinistra foglia di peperone, a destra di peperoncino.* **2-***Le radici del peperone, in terreni fertili e irrigati, si sviluppano abbastanza superficialmente. Se si adotta la pacciamatura (come nella foto) l'apparato radicale si mantiene ancora di più in superficie*

Il terreno

Preferisce terreni di medio impasto tendenzialmente sciolti, ben dotati di sostanza organica, neutri o leggermente acidi

Il peperone, pur essendo discretamente adattabile a diversi tipi di terreno, è abbastanza esigente in fatto di fertilità. I suoli più indicati per la sua coltivazione sono in genere quelli di medio impasto tendenzialmente sciolti, con buona dotazione di sostanza organica. Tuttavia non di rado il peperone dà risultati accettabili pure in terreni tendenzialmente compatti.

Il suolo deve però venire perfettamente sistemato e lavorato in modo che non vi siano ristagni di umidità e che l'acqua in eccesso sgrondi dall'appezzamento coltivato il più rapidamente possibile.

Il peperone riesce invece meno bene in suoli asciutti e sassosi, dove sovente si formano frutti di dimensioni inferiori alla media di quelli prodotti in suoli più freschi ed inoltre più leggeri e con polpa più sottile.

È opportuno non mettere a dimora questo ortaggio per due anni di seguito nella stessa aiola (meglio attendere quattro anni prima di ripetere la coltivazione nello stesso terreno) e dopo piante come pomodoro, melanzana, patata che appartengono alla sua stessa famiglia. Alcuni tecnici però consigliano di non coltivare il peperone neppure dopo zucchino, anguria, melone, cetriolo, bietole e soprattutto cavolfiore.

La reazione del terreno (pH) più conveniente va da 6 a 7 (da neutro a leggermente acido), ma la coltura può adattarsi a terreni con valori un po' inferiori (5,5) o leggermente più elevati (7,5). Il peperone è una pianta mediamente sensibile alla salinità (1) del suolo e dell'acqua. Risulta più sensibile alla salinità in suoli pesanti e poco dotati di sostanza organica. ❑

(1) La salinità è la concentrazione di sali nella soluzione circolante del terreno. Le piante possono resistere in modo diverso alla presenza di sali nel suolo o nell'acqua. Un ortaggio che si dimostra sensibile alla salinità è la lattuga (massimo 1‰), mentre più tollerante è lo spinacio (massimo 2‰). La sensibilità del peperone alla salinità si può considerare intermedia tra queste due specie. Volendo conoscere la salinità del terreno del proprio orto, ci si può rivolgere ai laboratori che eseguono l'analisi del suolo. I valori della salinità vengono ricavati con procedimento abbastanza semplice ed in genere di costo contenuto.

Sempre nuove varietà grazie al lavoro di selezione

Si può dire che la gran parte dei tipi di peperone che ci sono arrivati dall'America siano stati piccanti, con frutto di non grandi dimensioni e di forma principalmente allungata, ma non solo. A partire dal 1800 iniziò la selezione di varietà con frutti più grossi e – a mano a mano che la selezione proseguiva – con minore piccantezza fino ad arrivare a tipi che si possono definire «dolci».
Nel tempo vi è stata quindi una netta suddivisione tra le varietà i cui frutti vengono impiegati come ortaggio – cioè i «peperoni» veri e propri a frutto in genere grosso e dolce – e quelle, il più delle volte piccanti e solitamente di dimensioni notevolmente inferiori, usate per condimento e chiamate nel nostro Paese «peperoncini».
Le selezioni sono continuate nel 1900 e continuano attivamente anche oggi (si sono affiancate alle selezioni varietà ibride in numero sempre maggiore) perché questa coltivazione riscuote, a livello mondiale, un interesse costante.

I diversi tipi e le numerose varietà di peperone e di peperoncino

Il peperone ed il peperoncino costituiscono spesso un elemento caratteristico di alcuni piatti delle cucine regionali. Sono quindi ortaggi che prima di tutto devono corrispondere alle esigenze di chi prepara i cibi tipici e tradizionali.

Sarebbe quindi semplice consigliare la coltivazione delle varietà caratteristiche della zona, ma talvolta queste sono soggette a malattie da virus (virus del mosaico del tabacco, virus del mosaico del cetriolo, virus Y della patata, virus dell'avvizzimento maculato del pomodoro, ecc.) e funghi microscopici (cancrena pedale) che rendono a volte problematica la produzione.

Per questo spesso è necessario – specialmente a livello professionale – scegliere varietà diverse da quelle locali, ma che presentano resistenza o tolleranza (1) verso specifiche malattie. Visto poi l'elevato interesse che la coltura del peperone suscita oltre che per il mercato del prodotto fresco anche per la trasformazione industriale, sono state effettuate numerose selezioni delle varietà esistenti e costituite numerose varietà ibride (2) adatte alle esigenze dei diversi mercati, anche stranieri, ed alle lavorazioni da parte delle industrie.

Parecchie varietà sono state poi messe a punto per le colture protette, che rappresentano una fetta quanto mai ampia delle coltivazioni. Molte di queste danno notevoli risultati anche a pieno campo.

Meno problemi pongono, almeno a livello di orti familiari, i peperoncini, ma pure di questi, negli ultimi anni, sono state effettuate selezioni e create varietà ibride.

Nei mercati italiani erano più richiesti i peperoni gialli rispetto a quelli rossi, che comunque vengono acquistati in quantità via via più elevate perché è caduto il pregiudizio che le varietà con frutto rosso siano piccanti. È però assai facile trovare anche le bacche verdi. Nei mercati esteri (centro e nord Europa) sono preferiti di regola i frutti verdi e rossi.

Le tipologie di peperone

Le varietà sono riconducibili a diversi tipi, distinti per forma, dimensioni e colore del frutto

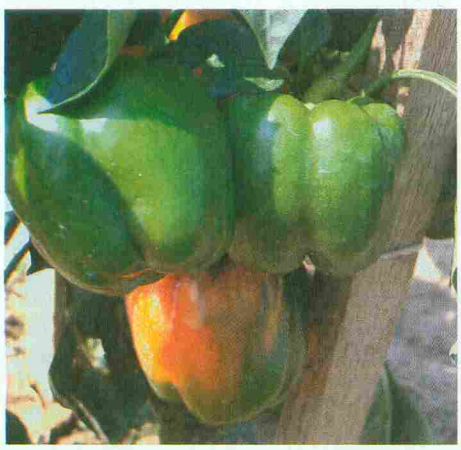
Non è facile effettuare una precisa classificazione delle varietà di peperone. Infatti esiste un elevato numero di tipi coltivati che presentano diversificazioni spesso non molto rilevanti e forme intermedie tra i tipi stessi. A questo bisogna aggiungere che le diverse condizioni di coltura (pieno campo, coltura protetta, fertilità del suolo, luminosità, andamento climatico stagionale, ecc.) possono influire sulle dimensioni e sulla forma dei frutti. La suddivisione proposta è quindi puramente indicativa ed ha il solo scopo di far conoscere in modo più razionale alcune fra le sempre più numerose varietà disponibili anche per i piccoli coltivatori.

A pagina 13 pubblichiamo l'elenco delle ditte presso le quali sono disponibili sementi dei tipi e delle varietà di seguito descritte, identificate dai numeri in neretto.

Tipo quadrato

La forma è approssimativamente cubica con dimensioni medie da centimetri 8-9 x 9 a centimetri 12 x 12. Le bacche hanno di regola tre-quattro lobi e la polpa è da medio-spessa (3-4 mm) a spessa (5-6 mm e più). Le piante sono di vigore da medio ad elevato a seconda delle varietà. Sono da preferire le selezioni con fogliame che ricopre di più i frutti, in particolare nelle zone ad elevata insolazione (questo vale per tutti i tipi di peperone descritti).

Nel peperone quadrato vengono distinti tre tipi: italiano, americano e olandese.



Tipo quadrato. *La forma delle bacche è approssimativamente cubica (da centimetri 8-9 x 9 a centimetri 12 x 12), con tre-quattro lobi.* A sinistra. *Tipo quadrato italiano.* A destra. *Tipo quadrato americano*

• Il tipo «**quadrato italiano**» ha bacche voluminose, cubiche, con colorazione a maturazione completa tanto rossa che gialla. Il fogliame non sempre copre bene la vegetazione. La varietà di riferimento è il *Quadrato d'Asti*.

Quadrati italiani a frutto rosso o giallo. *Quadrato d'Asti*, a frutto rosso **(1)** o giallo **(2)**, è il classico peperone quadrato italiano (di cui esistono alcune selezioni) conosciuto e apprezzato sia dai mercati che dai piccoli coltivatori; è una delle varietà più diffuse negli orti familiari. Abbastanza simile, ma nota localmente, è la varietà *Quadrato di Carmagnola* con frutto piuttosto grosso, rosso **(3)** o giallo **(4)**. Riconducibili al tipo quadrato italiano sono anche gli ibridi *Jolly giallo* **(5)** (resistente al virus del mosaico del tabacco) e *Jolly rosso* **(6)** (resistente/tollerante nei confronti del virus del mosaico del tabacco, virus del mosaico del cetriolo, virus Y della patata), che si coltivano sia a pieno campo che in coltura protetta, e *Kerala giallo* **(7)** (resistente al virus del mosaico del tabacco) adatto al pieno campo.

• Il Tipo «**quadrato americano**» produce frutti di minori dimensioni (cm 8-10 x cm 8-10), ben squadrati e pesanti (elevato peso specifico), in genere con quattro lobi e in prevalenza rossi a maturazione completa. Le piante sono compatte, di taglia bassa, adatte alla coltura a pieno campo. Varietà di riferimento sono *California Wonder* e *Yolo Wonder*.

Quadrati americani a frutto giallo. *Golden Calwonder* **(8)** è una varietà a polpa soda e resistente, abbastanza precoce, per pieno campo, ma si adatta alla coltura protetta.

Quadrati americani a frutto rosso. *California Wonder* **(9)** (selezioni resistenti/tolleranti nei confronti del virus del mosaico del tabacco) e *Yolo Wonder* **(10)** (discreta precocità, resistente al virus del mosaico del tabacco) hanno caratteristiche abbastanza simili al precedente, talo-

ra con frutti di dimensioni leggermente più contenute, ma ben squadrati. Adatti particolarmente per il pieno campo.

• Il tipo «**quadrato olandese**» è simile all'americano, con bacche gialle o rosse a maturazione completa. La colorazione è molto uniforme. Sono selezioni nate per la coltivazione in coltura protetta, con una vegetazione che copre poco i frutti. Si conservano bene dopo la raccolta. In Italia sono varietà (nella maggior parte ibride) poco diffuse e in pratica assenti dalle piccole coltivazioni.

Tipo rettangolare semiallungato (mezzo lungo)

Questi frutti, tagliati per la loro lunghezza, si presentano grossolanamente rettangolari con dimensioni di circa centimetri 8-10 di larghezza x centimetri 12-15 di lunghezza. Presentano 3-4 lobi e polpa in genere piuttosto spessa (intorno ai 5-6 mm). Le varietà presenti in questo tipo sono in pratica tutte ibride.

Tipo mezzo lungo a frutto giallo. *Mogador* **(11)** è una varietà ibrida adatta per coltivazioni protette e pieno campo speciamente in zone miti.

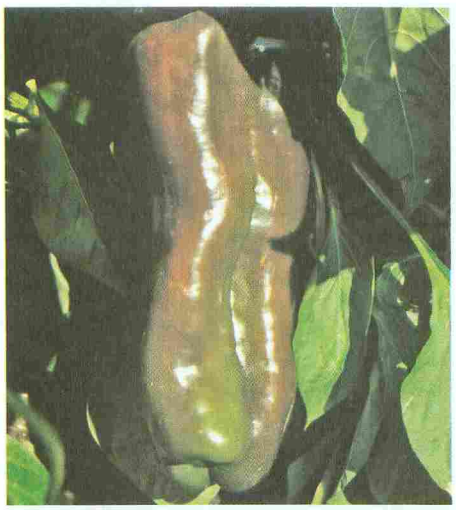
Tipo mezzo lungo a frutto rosso. *Hytower* **(12)** è una varietà ibrida abbastanza precoce adatta sia per colture protette che a pieno campo; è resistente al virus del mosaico del tabacco.

Tipo rettangolare allungato

La forma del frutto è in genere piuttosto allungata, di larghezza variabile (6-10 centimetri) e di lunghezza che va dai 16 ai 18-20 centimetri e anche oltre (a livello di grandi coltivazioni, a seconda del rapporto tra la larghezza e la lunghezza, il frutto viene detto «3/4 lungo» oppure «allungato»). Le bacche sono formate da 2-4 lobi con polpa di spessore da medio (3-4 mm) ad elevato (5-6 mm e più) a seconda delle varietà. In questo gruppo vi è un buon numero di varietà ibride.

Tipo rettangolare allungato a frutto giallo o rosso. *Marconi* è una varietà abbastanza vicina alla Corno di toro (vedi più avanti); è più comune quella a frutto rosso **(13)** rispetto al giallo **(14)**. Il frutto, largo di regola attorno ai 6 cm, è lungo quasi sempre 20-22 e più cm, in sezione presenta tre-quattro suddivisioni (logge) e non termina a punta (ha un apice ottuso) ma si distinguono tre-quattro piccoli lobi. La qualità della polpa è buona come la Corno di toro. Vi è anche una varietà ibrida (*Marconi rosso*) resistente al virus del mosaico del tabacco. Varietà abbastanza simile, diffusa localmente, è la *Di Nocera*, a frutto giallo **(15)** e a frutto rosso **(16)**.

Tipo rettangolare semiallungato (mezzo lungo). *I frutti tagliati per la loro lunghezza si presentano grosso modo rettangolari (centimetri 8-10 di larghezza x centimetri 12-15 di lunghezza) e presentano tre-quattro lobi*

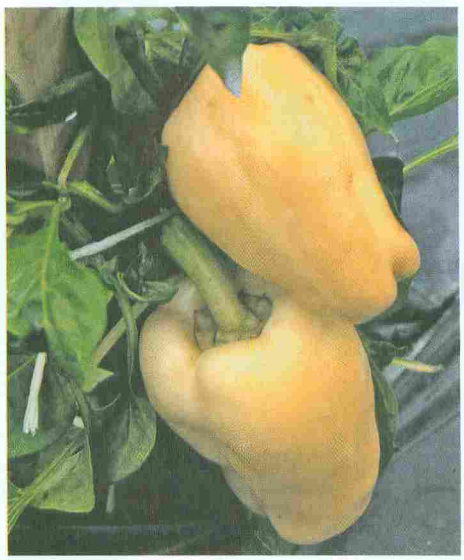


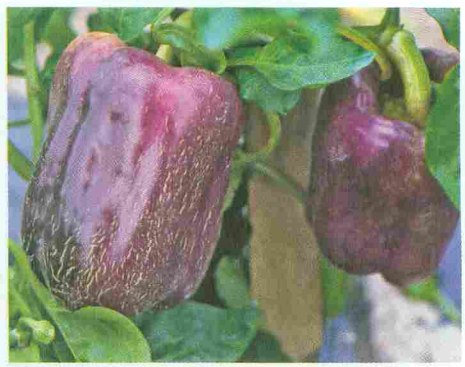
Tipo rettangolare allungato. *Le bacche sono piuttosto allungate (6-10 centimetri di larghezza x 16-20 di lunghezza) e formate da due-quattro lobi*

A frutto rettangolare allungato, ma larghi 8-10 cm, sono anche i seguenti ibridi:
– *Zebo* **(17)** (frutto giallo), per coltura protetta e pieno campo;
– *Lux* **(18)** (frutto giallo) pianta con fogliame coprente, adatto alle colture protette, resistente al virus del mosaico del tabacco;
– *Lamuyo* **(19)** (frutto rosso) varietà molto conosciuta, che si può considerare la capostipite di tutte le varietà ibride di peperone; coltivata sotto tunnel, viene adoperata anche a pieno campo; è resistente al virus del mosaico del tabacco;
– *Pacific* **(20)** (frutto rosso) pianta con fogliame coprente; varietà precoce adatta per colture protette, resistente al virus del mosaico del tabacco;
– *Romeo* **(21)** (frutto rosso), varietà precoce, adatta per colture protette e a pieno campo.

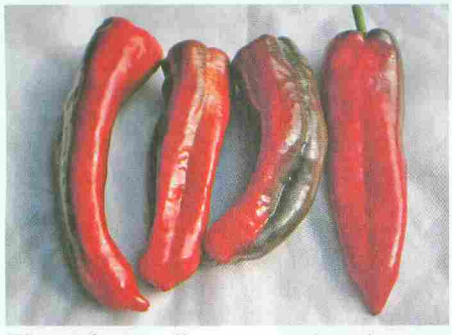
Tipi « colorati»

Si tratta di tipi nei quali i frutti, appena si formano, non hanno colore verde, ma giallo molto chiaro o biancastro in alcune varietà, in altre violaceo. Comunque, a maturazione completa diventano il più delle volte rossi in diverse tonalità. Tra i tipi «colorati» vi sono:
– *Bianca* **(22)**, varietà ibrida con frutti quadrati di colore bianco-avorio, rosso chiaro a maturazione, precoce;





Tipi colorati. *I frutti, appena si formano, invece di essere di colore verde, sono di colore giallo molto chiaro o biancastro o violaceo, secondo la varietà. A maturazione completa diventano rossi.* A sinistra. *Peperone della varietà Bianca.* A destra. *Peperone colorato Tequila*



Tipo a forma di corno. *Le bacche sono strette ed allungate (3-6 centimetri di larghezza e 15-25 di lunghezza), a volte bilobate, e terminanti a punta.* Sopra. *Corno di toro giallo.* Sotto. *Corno di toro rosso*

– *Tequila* **(23)**, varietà ibrida con frutti un po' allungati di colore lilla (rosso medio a maturazione), precoce;
– *Ariane* **(24)**, varietà ibrida con frutti piuttosto voluminosi e carnosi, di colore verde-arancio;
– *Choco* **(25)**, varietà ibrida, mediamente precoce, con frutti di forma quadrata prima verdi e poi bronzati.

Tipo a forma di corno

Le bacche sono piuttosto strette ed allungate, a volte bilobate, ma sempre terminanti a punta. Le dimensioni sono di circa 3-4-6 centimetri di larghezza e 15-20 fino a 25 di lunghezza. La polpa è medio-spessa (3-4 mm). In genere precoci, sono varietà sovente destinate alla trasformazione industriale, ma vengono sempre più apprezzate per il consumo fresco dato lo spessore e la qualità della polpa. Sono consigliabili anche per i piccoli orti, nei quali possono fornire ottime produzioni.

***Corno di toro giallo* (26) *e rosso* (27).** Sono le varietà – ne esistono alcune selezioni – di cui è più facile trovare i semi. Talora si possono reperire semi di varietà rossa e gialla nella stessa confezione

Una varietà ibrida del tipo a corno è la *Unicorn* **(28)** (frutto rosso) con frutti voluminosi (talvolta del peso di oltre 300 grammi), di colore rosso brillante a maturazione.

Tipo «ungherese». *La bacca è di forma conica (larghezza 5-7 centimetri, lunghezza 12-15 centimetri) ed il colore è bianco citrino*

Tipo «ungherese» (citrino)

La forma caratteristica è conica (larghezza 5-7 centrimetri, lunghezza 12-15 centimetri) ed il colore bianco citrino. La polpa è spessa (5-6 mm e più) e dolce. Esistono selezioni di forma più squadrata rispetto alla precedente.

Questi peperoni si trovano ormai con discreta facilità presso la grande distribuzione. I semi però sono ancora difficilmente reperibili in piccole quantità.

Al tipo ungherese appartengono ad esempio le varietà *Pusztagold* **(29)** e *Gypsy* **(30)**.

Tipo a forma tronco-conica

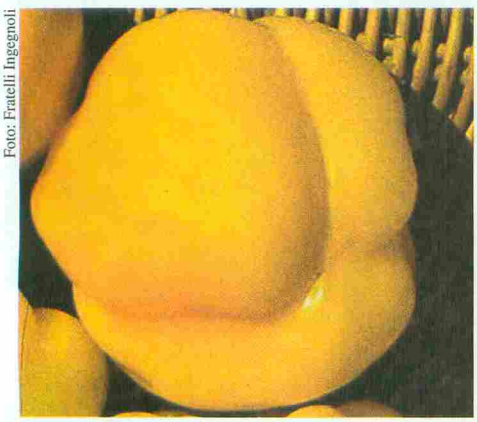
Le bacche sono caratteristiche per la forma a cuore (o trottola) e per l'elevato spessore della polpa (5-6 mm e più). È un tipo adatto in particolare per l'industria, ma apprezzato pure per il consumo fresco.

Appartiene a questo tipo la varietà *Cuneo*, ricercata dai conoscitori, a frutto giallo **(29)** o rosso **(30)**. È più facile trovare i semi del tipo giallo.

Tipo a forma di pomodoro

I frutti sono in genere appiattiti e simili a quelli di un pomodoro costoluto. La polpa è piuttosto spessa (5-6 mm e più). Più diffuse sono le varietà a frutto rosso. La produttività è media. Questi tipi sono richiesti da alcuni mercati esteri. Appartiene a questa tipologia la varietà *Topepo rosso* **(31)** (esistono alcune selezioni ed ibridi che si rifanno a questo ti-

Foto: Fratelli Ingegnoli



Tipo a forma tronco-conica. *Le bacche sono a forma di cuore (o a trottola) con un elevato spessore della polpa. Nella foto: varietà Cuneo a frutto giallo*

Tipo a forma di pomodoro. *I frutti sono appiattiti, simili a quelli di un pomodoro costoluto, e con polpa piuttosto spessa. Nella foto: varietà Topepo rosso*

Tipo di forma intermedia. *Alcune varietà hanno forma intermedia tra il tipo a corno ed il peperoncino allungato. Nella foto: varietà Friariello*

po), apprezzata per lo spessore veramente elevato della polpa e il colore molto attraente. I semi si possono trovare con discreta facilità.

Tipo di forma intermedia

Esiste un limitato numero di varietà che si potrebbe considerare di forma intermedia tra il tipo a corno ed il peperoncino allungato (vedi più avanti).
– *Rosso Friarello* (o *Friariello* o *Friggitello*) **(32)**, con bacche larghe 3-4 centimetri e lunghe da 6-7 a 9-12 centimetri, è in media discretamente precoce e potrebbe adattarsi alle colture protette. Ne esistono alcune selezioni. Questi peperoni vengono preparati in padella (da questo impiego prendono il nome), ma servono pure per confezionare sottaceti e si essiccano per il consumo nella stagione fredda.
– *Rosso piccante Tipo Jalapeno* **(33)**, di solito un po' più corto di Friarello, è una pianta di medio sviluppo.
– *Jaladuro* **(34)**, una varietà ibrida con caratteristiche piuttosto simili al tipo *Jalapeno*, più difficilmente reperibile.

Le tipologie di peperoncino

Le varietà sono numerosissime e vengono distinte per forma, colore e piccantezza

Di solito parlando di peperoncino si intende quello con bacca sottile e allungata, in genere piccante o da conservare sotto aceto. Esistono invece delle varietà con forme più corte e larghe, oppure a ciliegia, e con frutti dolci. Le varietà coltivate sono numerosissime.

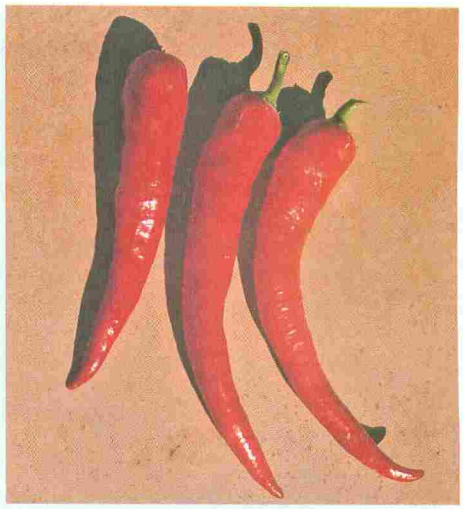
In Italia sono diffuse soprattutto varietà con bacche rosse che sono anche molto ornamentali.

Di forma allungata da conservare sott'aceto

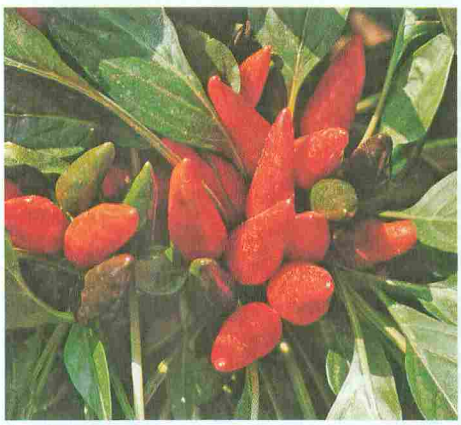
Esistono le seguenti varietà:
– *Lungo chiaro lombardo* **(35)** con frutti di colore verde chiaro, dolci, lunghi 10-12 centimetri;
– *Sigaretta* o *sigaretta verde* o *di Bergamo* **(36)** con frutti di colore verde abbastanza intenso, lunghi 10-12 centimetri; alcune selezioni possono presentare frutti leggermente piccanti.

Di forma allungata piccanti

Esistono le seguenti varietà:
– *Di Cayenna* o *Rosso di Cayenna* o *Piccante di Cayenna* **(37)** con frutto sottile, lungo attorno a 12 centimetri, rosso di solito intenso; è la varietà più diffusa per farne polvere da condimento; ne esistono alcune selezioni;
– *Fuoco giallo* **(38)** con frutto leggermente più lungo rispetto a Cayenna, ma di colore giallo-aranciato;
– *Tipo a mazzetti piccante* **(39)**, che produce frutti riuniti a mazzetti; questi, a maturazione assumono un colore rosso molto vivo che contrasta con le foglie di tonalità verde intenso. Questo tipo viene chiamato con nomi diversi a seconda delle località in cui viene coltivato (in particolare nel meridione).



Sopra. *Peperoncino Lungo chiaro lombardo (con bacche mature).* A destra. *Peperoncino di Cayenna*



A sinistra. *Peperoncino tipo a mazzetti.* A destra. *Peperoncino tipo ciliegia piccante (in diverse fasi di maturazione)*

Esistono anche interessanti varietà locali

Il numero delle varietà di peperone e peperoncino è difficilmente valutabile dato che alle varietà più conosciute si aggiungono ogni anno selezioni nuove e varietà ibride. Nondimeno, specialmente negli ultimi anni, si sono riconsiderate – e si cerca di salvare – varietà locali non solo per un insieme di caratteri esteriori, ma per le loro caratteristiche gustative che li legano a particolari tradizioni dei singoli luoghi di coltivazione. Alcune sono note anche al di fuori della loro ristretta area di diffusione.
Si segnalano alcune varietà che a livello locale – ma non solo – sono coltivate pure nei piccoli orti.
– ***Piemonte:*** *selezioni di* Quadrato d'Asti, Braidese, Quadrato di Carmagnola, Corno di Carmagnola, Cuneo.
– ***Lombardia:*** *selezioni di* Lombardo *e di* Sigaretta di Bergamo *(talora mediamente piccante).*
– ***Marche:*** Corno pescarese.
– ***Campania:*** *selezioni di* Nocera, Friariello, Friariè.
– ***Basilicata:*** Senise.
– ***Calabria:*** Cornetto, Cancaricchio, Corno calabrese *(piccante)*, Roggianese *(mediamente piccante)*, Naso di cane.

Varietà Sigaretta di Bergamo

La scala «Scoville» misura la piccantezza

La piccantezza di molte varietà di peperone, ma soprattuto di peperoncino, è legata alla produzione della capsaicina (sostanza oleosa che provoca l'arrossamento della pelle) da parte di apposite ghiandole. È possibile rilevare la presenza di questa sostanza togliendo e portando alla bocca un piccolissimo pezzo di placenta dei frutti o addirittura toccando solamente la placenta stessa.
Accanto alla capsaicina vi sono poi sostanze simili, dette capsaicinoidi, che contribuiscono a dare il sapore caratteristico alle diverse varietà.
Per potere rilevare la minore o maggiore presenza di capsaicina, all'inizio del secolo scorso, è stata ideata da un chimico – Wilbur Scoville – una particolare tecnica di assaggio. Questa tecnica ha permesso di compilare una scala di piccantezza in base ad una unità di misura detta Unità Scoville (U.Sc.).
Ecco in sintesi le gradazioni di piccantezza seconto tale scala, che va da 0 a 16.000.000 di Unità Scoville:

– Peperoni dolci (varietà di riferimento Bell peppers, ma simili le varietà dolci nostrane): Unità Scoville 0;
– Jalapeno: Unità Scoville 2.500-5.000;
– Serrano: Unità Scoville10.000-23.000;
– Cayenna: Unità Scoville 30.000-50.000;
– Habanero: Unità Scoville 100.000-300.000;
– capsaicina pura: Unità Scoville16.000.000;

Attualmente è possibile determinare con precisone le sostanze che compongono i frutti di peperone a mezzo di analisi sofisticate (ad esempio la gascromatografia). La classificazione di Scoville rimane però un punto di partenza e di riferimento.
È stato comunque messo in evidenza che varietà con elevato o elevatissimo contenuto in capsaicina possono sembrare, all'assaggio, meno piccanti di quanto dovrebbero risultare per la contemporanea presenza in quantità variabili di altre sostanze, come appunto i capsaicinoidi.

A forma di ciliegia piccante

È un tipo di peperoncino piccante che incontra crescente interesse da parte di diversi consumatori per la possibilità di venire conservato sott'olio, ripieno di acciuge o tonno, oppure in altre varianti. Può però venire utilizzato come gli altri peperoncini piccanti.

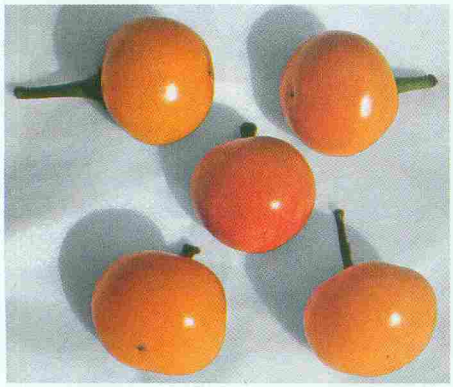
Si presta in genere – soprattutto alcune selezioni – ad essere coltivato in vaso.

A piena maturità i frutti sono di un bel colore rosso vivace, di dimensioni variabili, a seconda delle selezioni coltivate, tra i 2 x 2 e i 3,5 x 3,5 cm. È possibile trovare abbastanza facilmente le sementi di varietà o di ibridi **(40)** di questo tipo di peperoncino.

Meno conosciuta e facile da trovare, ma interessante, è pure la varietà *Ciliegia giallo* **(41)**, con frutti gialli. Esiste anche la varietà *Ciliegia dolce* **(42)**, ma è molto difficile trovarne i semi.

Tipo Chili

Sono varietà in genere poco diffuse in Italia. Si può trovare la *Serrano Chili* **(43)**. La pianta è di medie dimensioni (60-70 centimetri di altezza). Le bacche, larghe attorno ad un centimetro e lunghe circa 5-6 centimetri, sono rosse e molto piccanti.



Peperoncino della varietà Ciliegia giallo

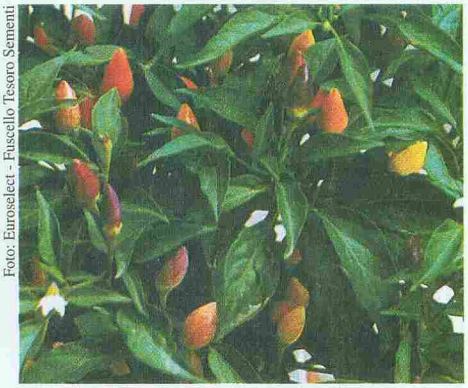


Foto: Euroselect - Fuscello Tesoro Sementi

Peperoncino della varietà Serrano Chili

Altre varietà piccanti

Si possono poi trovare varietà fortemente piccanti – *Fuoco della prateria* **(44)**, *Adorno* **(45)** e ancor più *Habanero, Red Caribbean* **(46)** e *Habanero orange* **(47)**, considerati i più piccanti in senso assoluto – ricercati in genere dagli estimatori di questi particolari peperoncini.

Esistono poi dei tipi di peperoncino piccante che vengono coltivati a livello locale o che provengono dai Paesi dove ne è molto diffuso l'impiego. Diverse di queste numerose varietà **(48)** (resistono in esposizioni soleggiate e calde) hanno anche valore ornamentale, tanto da freschi quanto dopo l'essiccazione.

Scelta delle varietà

Sono da preferire gli ibridi o le selezioni che possiedono caratteri di resistenza o tolleranza verso le malattie

Come si è potuto notare la scelta può essere notevolmente ampia anche se il piccolo coltivatore non può disporre di parecchie varietà destinate ai produttori di professione. Comunque alcune varietà ibride sono presenti anche nei cataloghi di ditte che effettuano le vendite per corrispondenza. Inoltre diversi vivaisti orticoli vendono, pure in limitate quantità, piantine di varietà ibride o di selezioni che, oltre alle apprezzabili caratteristiche dei frutti, possiedono resistenza o tolleranza verso temibili malattie del peperone. Verso queste ultime è opportuno orientarsi specialmente nelle zone in cui la presenza delle malattie rende problematica la coltivazione del peperone.

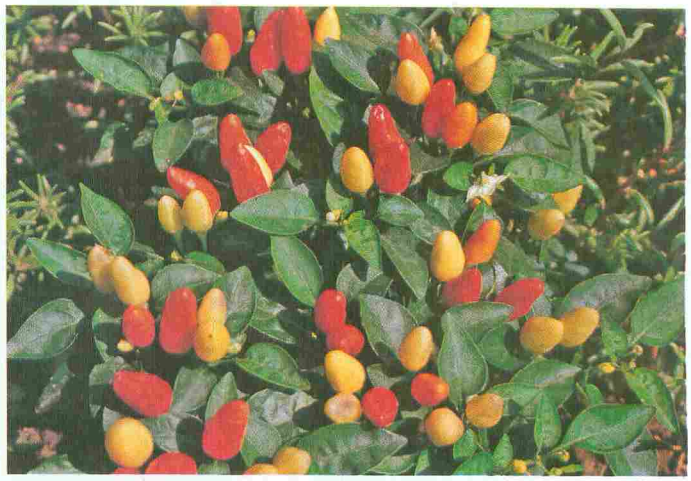
In un piccolo orto sono però da provare anche varietà che non si conoscono o sono poco consuete nelle propria area geografica. Si possono perciò proporre per la coltivazione alcune piante di varietà a forma di corno e/o conica, oppure ancora a forma di pomodoro.

Interessanti, anche oltre la semplice curiosità, sono i peperoni colorati di cui si può consigliare una prova specialmente agli appassionati di questa coltura ed a chi vuole conoscere varietà poco consuete.

Chi usa i peperoncini, sia per conservarli sotto aceto, sia – in particolare i tipi piccanti – per ricavarne polvere da condimento, può convenientemente coltivarli nel prorio orto. Chi ne fa un uso moderato con una-due piante può far fronte al fabbisogno di un anno per tutta la famiglia. ❑

(1) La *resistenza* è la possibilità da parte di una pianta di bloccare l'attacco di un determinato parassita arrivando anche ad evitare ogni danno alla produzione. Al contrario una varietà viene detta suscettibile o sensibile quando è facilmente attaccata da malattie, insetti od altri parassiti animali, specialmente quando è coltivata in condizioni climatiche generali e di terreno poco favorevoli.
La *tolleranza* è la possibilità da parte di una pianta di sopportare l'attacco di uno specifico parassita; la pianta riesce a vegetare e produrre sebbene si sia verificato questo inconveniente. Una varietà tollerante quindi si ammala in minore misura – o talvolta con maggiore ritardo – rispetto ad una non tollerante. Esistono comunque vari gradi di tolleranza, ma di regola le varietà tolleranti danno produzioni spesso nettamente superiori rispetto alle varietà non tolleranti.

(2) La *varietà standard* è un insieme di piante con caratteristiche di forma e comportamento vegetativo sostanzialmente omogenei.
Le *selezioni* rappresentano un miglioramento di una o più di queste caratteristiche (per esempio produttività, precocità, frutti omogenei, resistenza alle malattie).
La *varietà ibrida* (o ibrido) è la prima generazione derivante dall'incrocio di due o più particolari selezioni dette «linee pure». Si distingue con il simbolo «F1». Negli ibridi vi è in genere una esaltazione delle caratteristiche positive ancora superiore rispetto alle selezioni delle varietà standard.



Peperoncino ornamentale in un'aiola del giardino. Diverse varietà ornamentali possono venire impiegate in cucina e come gli altri peperoncini piccanti

Indirizzi di ditte che commercializzano sementi di peperone e peperoncino

I numeri in **neretto** rimandano alle varietà citate nelle pagine precedenti.

– ***Azienda Agraria Sperimentale Stuard*** - Strada Madonna dell'Aiuto, 7/A - 43016 S. Pancrazio (Parma) - Tel. 0521 671569 - Fax 0521 672657 (varietà n. **32-33-36-37-39-42-43-47-48**). Sconto «**Carta Verde**»: 20%, valido fino al 30 giugno 2007.
– ***Bavicchi*** - Via della Valtiera, 293 - 06087 Ponte San Giovanni (Perugia) - Tel. 075 393941 - Fax 075 5997859 (varietà n. **1-2-10-26-27-36-37**), vendono per corrispondenza, segnalano il rivenditore. Sconto «**Carta Verde**»: 10%, valido fino al 30 giugno 2007.
– ***Blumen*** - Via Carlo Strinati, 7/9 - Località Le Mose - 29100 Piacenza - Tel. 0523 573211 - Fax 0523 573298 (varietà n. **1-2-19-27-37-48**), segnalano il rivenditore.
– ***Crivellaro Sementi*** - Via Rometta, 24/26 - 35018 San Martino di Lupari (Padova) - Tel. e fax 049 5952540 (varietà n. **1-2-26-27-35-36-37**), segnalano il rivenditore.
– ***Euroselect***, distribuita da Fuscello Tesoro Sementi - Via P. Gobetti, 30 - 70031 Andria (Bari) - Tel. 0883 542543 - Fax 0883 544811 (varietà n. **1-2-9-10-13-14-18-26-27-31-32-37-39-40-41-42-43-48**).
– ***F.lli Gramaglia*** - Via Borgo Dora - 10093 Collegno (Torino) - Tel. e fax 011 4153644 - cell. 338 5818032 (varietà n. **1-2-5-6-8-9-13-14-22-23-24-26-27-29-30-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-43-44-45-46-47-48**), vendono per corrispondenza. Sconto «**Carta Verde**»: 10%, valido fino al 30 giugno 2007.
– ***F.lli Ingegnoli*** - Via O. Salomone, 65 - 20138 Milano - Tel. 02 58013113 - Fax 02 58012362 (varietà n. **1-2-5-6-8-9-11-12-13-19-22-23-24-25-26-27-28-29-32-33-34-35-37-38-39-40-44-45-46-47-48**), vendono per corrispondenza. Sconto «**Carta Verde**»: 5% (per ordini fino a euro 100) oppure il 10% (per ordini superiori a euro 100), valido fino al 30 giugno 2007.
– ***Four*** - Via Carlo Strinati, 7/9 - Località Le Mose - 29100 Piacenza - Tel. 0523 573205/6 - Fax 0523 573298 (varietà n. **1-2-26-27-31-32-40**), segnalano il rivenditore.
– ***Franchi Sementi*** - Viale G. Matteotti, 18 - 24050 Grassobio (Bergamo) - Tel. 035 526575 - Fax 035 335540 (varietà n. **1-2-3-9-10-26-27-29-31-32-33-35-36-37-39-40-45-48**).
– ***Furia Sementi*** - Via Montepelato Nord, 73/F - 43022 Monticelli Terme (Parma) - Tel. 0521 658353 - Fax 0521 658484 (varietà n. **1-2-3-4-9-10-13-14-15-16-19-26-27-28-29-31-32-33-35-36-37-39-40-46-47-48**), segnalano il rivenditore.
– ***Gargini Sementi*** - Via Cantore, 115 - 55100 Lucca - Tel. e fax 0583 952681 (varietà n. **1-2-7-19-20-26-27-31-32-36-37-40-42-46-48**), vendono per corrispondenza, segnalano il rivenditore. Sconto «**Carta Verde**»: 10%, valido fino al 30 giugno 2007.
– ***Hortus Sementi*** - Via Emilia, 1820 - 47020 Longiano (Forlì Cesena) - Tel. 0547 57569 - Fax 0547 57499 (varietà n. **1-2-9-10-13-26-27-31-36-37**), segnalano il rivenditore.
– ***Italsementi*** - Via G. Di Vittorio, 9 - 52016 Rassina (Arezzo) - Tel. 0575 592757 - Fax 0575 592129 (varietà n. **1-2-31-36-37-46-48**), vendono per corrispondenza, segnalano il rivenditore. Sconto «**Carta Verde**»: 10%, valido fino al 30 giugno 2007.
– ***L'ortolano*** - Via Calcinaro, 2425 - 47023 Cesena (Forlì Cesena) - Tel. 0547 381835 - Fax 0547 639280 (varietà n. **1-2-10-17-19-21-26-27-29-30-31-32-35-36-37-39-40-41-48**), segnalano il rivenditore.
– ***N. Sgaravatti & C.*** - Via Nazionale, 62/64 - 52020 Pergine Valdarno (Arezzo) - Tel. 0575 899551 - Fax 0575 899535 (varietà n. **1-2-9-13-14-15-16-19-26-27-31-32-36-37-40-48**), segnalano il rivenditore.
– ***Oxadis*** - Via Cappuccini, 4/B - 26100 Cremona - Tel. 0372 434943 - Fax 0372 435572 (varietà n. **10-14-19-27-37**), segnalano il rivenditore.
– ***Produttori Sementi Verona*** - Via Stra', 177 - 37030 Colognola ai Colli (Verona) - Tel. 045 7650244 - Fax 045 7650459 (varietà n. **1-2-36**), vendono per corrispondenza.
– ***Royal Sluis*** un marchio di Seminis Vegetable Seeds Italia - Via Pacinotti, 10 - 41037 Mirandola (Modena) - Tel. 0535 24157 - Fax 0535 21750 (varietà n. **1-2-10-18-20-26-27-31-32-36-37-40-48**).

La produzione delle piantine, la preparazione del terreno e il trapianto

Il più delle volte per iniziare la coltivazione si acquistano le piantine da qualche vivaista orticolo. Tuttavia molti piccoli coltivatori potrebbero produrre da soli senza particolari difficoltà le piantine, soprattutto per le coltivazioni a pieno campo. Importante è impiegare del terriccio per semine; meglio sarebbe disporre anche di una doppia finestra rivolta a sud dove collocare i contenitori in cui si è effettuata la semina.

La semina per la produzione delle piantine

Sia in coltura protetta che a pieno campo si mettono a dimora piante con il pane di terra. Ecco come si producono

Le piantine di peperone necessitano in media di un periodo di coltivazione più lungo di quello della melanzana e ancora di più del pomodoro perché, nelle prime fasi di crescita, vegetano con maggiore lentezza.

Anche per questa coltura, come per tante altre, è diventata una regola mettere a dimora piante con il pane di terra,

Semi di peperone (4 mm circa)

sia in coltura protetta che a pieno campo, per gli indiscussi vantaggi che offre questo sistema e per la possibilità di impiegare selezioni e varietà ibride il cui seme ha un costo piuttosto elevato. Oltre a ciò usando piantine con il pane di terra si esalta la precocità di produzione, si allunga il periodo produttivo e di conseguenza vi è un aumento complessivo della resa.

In pianura padana la semina inizia in coltura protetta riscaldata – almeno a 20° C, ma la temperatura ideale per la germinazione si aggira tra i 20 e i 30° C (26-28° C) – già in dicembre e in gennaio, per mettere a dimora sotto ampi tunnel piantine ben sviluppate attorno a metà marzo. Nelle regioni del meridione le semine iniziano in ottobre e talvolta pure in settembre.

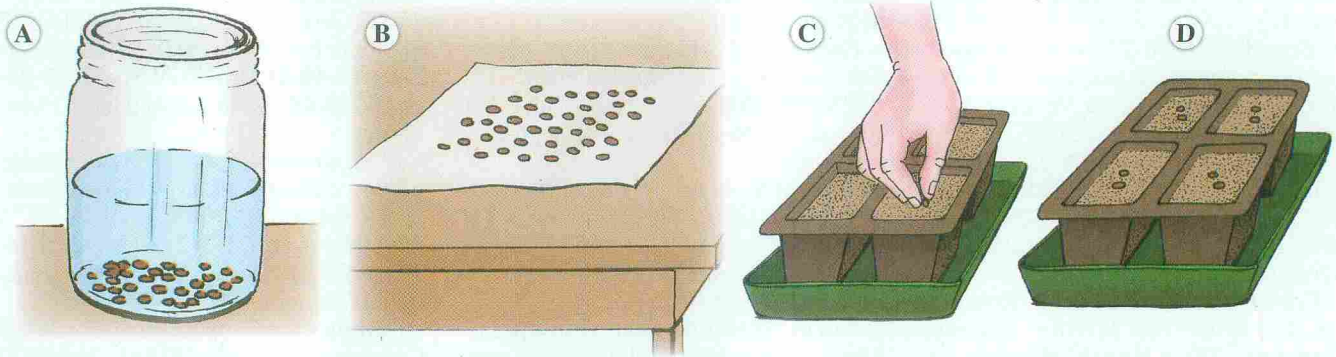
Se si vogliono invece ottenere piantine per tunnel di minori dimensioni, si semina (in serra riscaldata) in gennaio e parte di febbraio, a seconda della grandezza delle piante che si vogliono ottenere.

Sempre in febbraio e fino ai primi di marzo si semina in coltura protetta per produrre piante con il pane di terra da utilizzare a pieno campo.

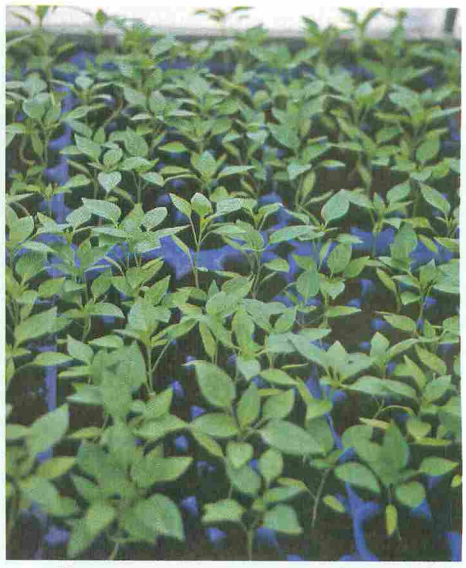
Se si vogliono ottenere piantine a radice nuda si procede alla semina in semenzaio in coltura protetta a partire dagli ultimi di febbraio fino a metà marzo. Si hanno così piantine pronte per fine aprile-primi di maggio, ma questa tecnica è ormai sempre meno adottata.

Caratteristiche delle sementi

Sovente il peperone germina con poca regolarità (la facoltà germinativa minima dei semi commerciati è del 65%) e



Semina del peperone e del peperoncino. *Spesso il peperone ed il peperoncino faticano a germinare. Per facilitare la germinazione, prima della semina si può mettere il seme a bagno in acqua.* **A-***I semi si pongono in un contenitore (ad esempio un vasetto di vetro) con acqua non fredda, ma che abbia la temperatura di un ambiente riscaldato (20° C). Il contenitore si tiene possibilmente in un ambiente buio e caldo (25° C, anche un po' di più, temperatura che si può avere ad esempio nel locale della caldaia) per 24-48 ore.* **B-***Trascorso questo periodo si asciugano i semi impiegando carta da cucina (per poterli maneggiare più facilmente) e quindi si procede alla semina.* **C-***Per seminare si impiegano gli appositi contenitori – oppure vasetti in materiale plastico – e l'adatto terriccio per semine. Si copre il seme solo leggermente (un piccolo strato pari al suo spessore). Si fa assorbire acqua dal fondo del contenitore che va posto in un sottovaso. Non bisogna però esagerare con gli apporti idrici. Da circa metà febbraio si possono tenere i contenitori all'interno di una doppia finestra posta a sud (le temperature idonee per la germinazione variano da 20 a 30° C). Per semine attorno a metà marzo in pianura padana, si possono collocare i contenitori, subito dopo la semina, sotto un tunnel anche di limitate dimensioni.* **D-***Vista la difficoltà che il seme del peperone incontra nella germinazione è consigliabile porre due semi (anche tre) per ogni alveolo del contenitore. In seguito, una volta avvenuta la germinazione, si tiene la piantina migliore*



A sinistra. *Semina eseguita in cassettine di polistirolo.* Al centro. *Rimpiolatura effettuata in contenitori intermedi.* A destra. *Piantine in contenitori definitivi (produzione di diverse decine di piante: si impiegano contenitori con un numero variabile di posti, in media 20-24)*

occorre attendere qualche giorno perché la maggior parte delle piante nascano dopo che le prime sono spuntate. Vi è quindi una germinabilità scalare. Ciò può dipendere da diverse ragioni come la qualità del seme e le condizioni non ottimali di temperatura ed umidità.

Si può aiutare il seme a germinare lasciandolo precedentemente a bagno in acqua per 24-48 ore. Trascorso questo periodo si fa scolare l'acqua, si asciugano i semi impiegando carta da cucina, per poterli maneggiare più facilmente (volendo si possono mescolare con della sabbia perché «scorrano» nelle mani) e quindi si procede alla semina ([1]).

Produzione di diverse decine di piante

Essendo, come detto, i primi stadi di crescita del peperone abbastanza lenti, la produzione avviene talora in due o tre fasi. Come primo lavoro si esegue la semina in cassette di polistirolo di cm 30x50 circa, utilizzando l'apposito terriccio per semine e impiegando 1,5-2 grammi di seme per cassetta.

Nelle cassette le sementi possono venire distribuite, oltre che a spaglio, anche a righe distanti 3-5 centimetri. Il seme deve venire interrato con uno strato di terriccio pari circa al suo spessore.

Per ricoprire le sementi, invece del terriccio, si può impiegare vermiculite o perlite, materiali caldi e leggeri, che rendono più agevole la germinazione. Questa può prolungarsi per oltre due settimane.

I vivaisti orticoli che seminano con apposite seminatrici – invece che a mano nelle cassettine – usano contenitori alveolati dotati di numerosi posti (240 ed anche più).

In tutti i casi le piantine una volta nate si trapiantano (operazione detta dagli operatori del settore «picchettatura», ma che è corretto chiamare «rimpiolatura») dopo circa 35-40 giorni – o poco meno, in rapporto alla temperatura che si è tenuta nelle protezioni – quando le prime foglioline che si formano, cioè i cotiledoni, sono ben distese e inizia a formarsi la prima fogliolina vera.

Le piantine si mettono in contenitori alveolati (cm 30x50) da 70-90 posti e poi, quando lo sviluppo delle foglie copre l'intera area del contenitore, nei contenitori definitivi da 20-24 posti.

Se non è necessario ottenere piante molto precoci, cioè nelle semine più tardive, si pianta direttamente nei contenitori da 20-24 posti senza passaggi intermedi.

I contenitori si tengono sotto protezioni riscaldate nelle quali, prima di procedere alla messa a dimora in piena terra, si diminuisce progressivamente la temperatura per far sì che le piantine si adattino alle condizioni climatiche dei tunnel freddi o del pieno campo. Questa fase viene chiamata dai coltivatori di professione «indurimento».

Il seme che si trova in commercio è molto spesso disinfettato, cioè conciato. Il seme conciato si riconosce perché le sementi di regola sono colorate e sulla confezione vi è scritta la sostanza impiegata per la concia.

Piantine ottenute in contenitori da quattro posti. Questi contenitori sono adatti per la produzione di un limitato numero di peperoni e vengono usati dai vivaisti per la vendita al dettaglio

Piantina con pane di terra, estratta da un contenitore da quattro posti, pronta per la messa a dimora

Per le colture professionali sono poi disponibili sementi lavorate in modo da avere peso e dimensioni simili (vengono calibrate) e questo consente una più omogenea germinazione ed una più alta percentuale di sementi che nascono (cioè una più elevata germinabilità).

In genere non si effettua la semina diretta del peperone a pieno campo.

In un grammo sono contenuti in media 150 semi di peperone (140-170/200). Il peso di 1.000 semi varia da 5 a 7 grammi.

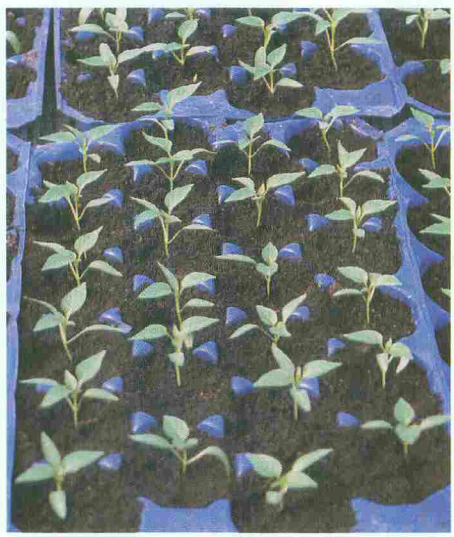
Produzione di piantine in un piccolo orto

Un orticoltore dilettante difficilmente possiede protezioni riscaldate; ciò non toglie che possa prodursi ugualmente piantine da mettere a dimora a pieno campo.

Di solito il numero di piante di peperoni e peperoncini coltivate in una piccola superficie è abbastanza limitato e perciò è sufficiente eseguire la semina in un contenitore alveolato da 35-40 posti. Si possono impiegare pure contenitori di minori dimensioni (ad esempio da cm 16,5 x 15m, alti 6 cm, con 4 posti oppure da cm 15 x 12,6, alti 6 cm, sempre con 4 posti) impiegando in tutti i casi terriccio per semine. Per essere sicuri di ottenere piantine uniformi si possono porre due (volendo anche tre) semi per ogni alveolo ed in seguito, a germinazione avvenuta, tenere la piantina migliore.

La semina si effettua da circa metà febbraio (ponendo i contenitori all'interno di una doppia finestra) a metà marzo (sotto tunnel). I contenitori, a semina avvenuta si portano subito sotto il tunnel freddo, ma non si collocano direttamente sul terreno, bensì sopra un pannello di polistirolo che consente un miglior isolamento dal suolo ed un più facile riscaldamento del terriccio. Questa precauzione vale pure per la doppia finestra.

Pianta ben sviluppata adatta specialmente a colture precoci sotto protezioni



Piantine di peperoncino ottenute in contenitore

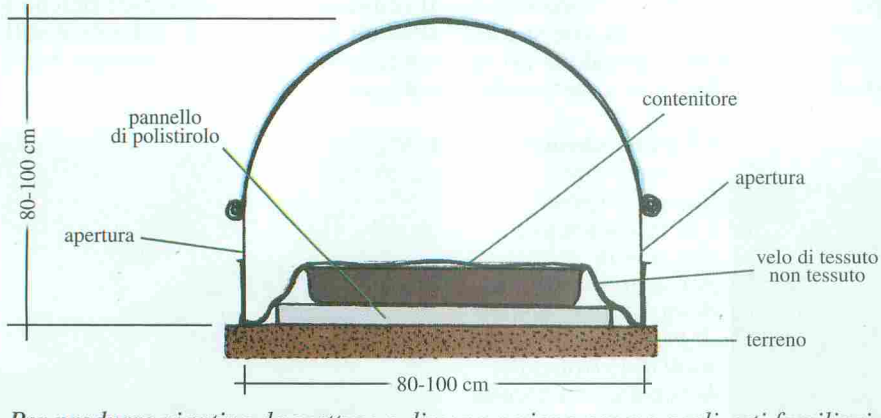
Per facilitare ancora di più la germinazione si può stendere sul contenitore un velo di tessuto non tessuto che si può tenere pure dopo la germinazione dei semi. Si raccomanda un costante arieggiamento del tunnel perché non vi siano sbalzi eccessivi di temperatura tra il giorno e la notte.

Per avere indicazioni più precise su quando aprire e chiudere la protezione si può tenere al suo interno un termometro di minima e di massima. Le temperature migliori perché avvenga la germinazione vanno, come detto, da 20 a 30° C (26 -28° C).

Per irrigare non bisogna adoperare acqua troppo fredda, la quale può raffreddare il terriccio e così rallentare – o addirittura bloccare – prima la germinazione e poi la crescita delle piantine. Perciò in qualsiasi ambiente e condizione di lavoro si operi e qualsiasi metodo di produzione delle piantine si adotti, è opportuno per le irrigazioni impiegare acqua che abbia la temperatura di circa 20° C.

Essendo in genere limitato il numero di piante coltivate in un piccolo orto, anche disponendo di un solo contenitore da 35-40 posti, si possono seminare due o più varietà (compreso il peperoncino) tenendole naturalmente ben distinte nel contenitore stesso.

Molti piccoli orticoltori comunque acquistano le piantine da vivaisti o da altri rivenditori (ad esempio rivenditori di articoli per il giardinaggio, empori di prodotti agricoli). È importante informarsi sulle caratteristiche delle varietà a disposizione. In particolare, soprattutto nelle zone in cui questa coltura è più diffusa e/o ai vivaisti che producono anche per i coltivatori di professione, bisogna domandare se dispongono di «novità» e di varietà che presentano resistenza o tolleranza alle malattie più pericolose per il peperone.



Per produrre piantine da mettere a dimora a pieno campo negli orti familiari si può utilizzare una doppia finestra oppure un tunnel di limitate dimensioni (80-100 cm di larghezza x 80-100 centimetri di altezza). È opportuno isolare dal terreno i contenitori collocandoli sopra un pannello di polistirolo e ricoprirli con un velo di tessuto non tessuto per rendere più agevole la germinazione

La preparazione del terreno e la concimazione di fondo

Dopo la concimazione di fondo si procede alla vangatura e alla sistemazione del terreno in aiole sopraelevate

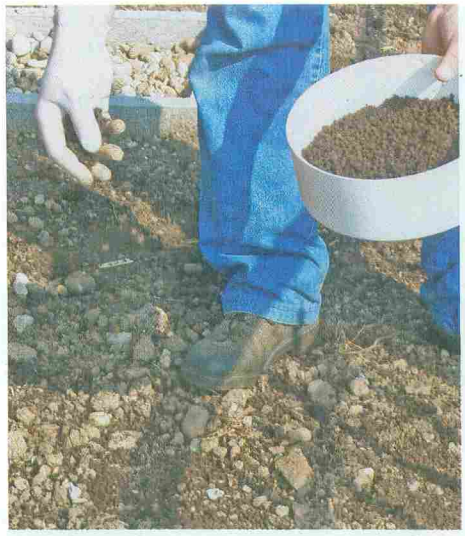
Questo ortaggio si giova molto degli apporti di concimi organici, ma non in quantità esagerate; in particolare nelle colture protette non si deve favorire una vegetazione troppo abbondante che potrebbe causare tra l'altro una scarsa allegagione dei fiori ed un ritardo nella frut-

tificazione e nella raccolta. Quindi è opportuno impiegare attorno a 4-5 chilogrammi per metro quadrato di letame molto maturo, oppure 3-4 chili di compost ugualmente maturo, distribuito ed interrato, in particolare nei terreni tendenzialmente compatti, alla fine dell'autunno o all'inizio dell'inverno che precedono l'attuazione della coltura.

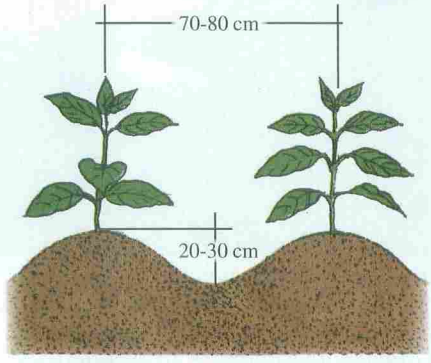
Chi non può disporre di letame o di compost può usare il letame concentrato-essiccato (o la pollina) che si trova con facilità presso i rivenditori di prodotti per l'agricoltura. Il letame concentrato-essiccato non ha effetti positivi paragonabili a quelli del letame o del compost, tuttavia il suo impiego è sempre consigliabile. Per le quantità da impiegare e le modalità d'uso bisogna attenersi alle istruzioni allegate ai vari prodotti disponibili. È opportuno non superare mai i quantitivi indicati per le singole colture (in media 250 grammi per metro quadrato).

Questi ultimi prodotti risultano particolarmente utili quando si interrano i residui delle colture (cioè ortaggi e piante non attaccati da malattie) perché facilitano la loro decomposizione. In questo caso si impiegano, in genere, quando si eseguono i lavori di fondo del suolo, solitamente lontano dall'inizio dell'attuazione della coltura (a metà o alla fine dell'autunno o nell'inverno che precedono l'attuazione stessa).

Volendo completare la concimazione mediante l'apporto di concimi minerali si possono distribuire – se possibile, per metà al momento della vangatura e per metà durante i lavori di lavorazione superficiale del terreno prima del trapianto – 40-50 grammi per metro quadrato di perfosfato minerale-19 e 20-40 grammi per metro quadrato di solfato di potassio-50.

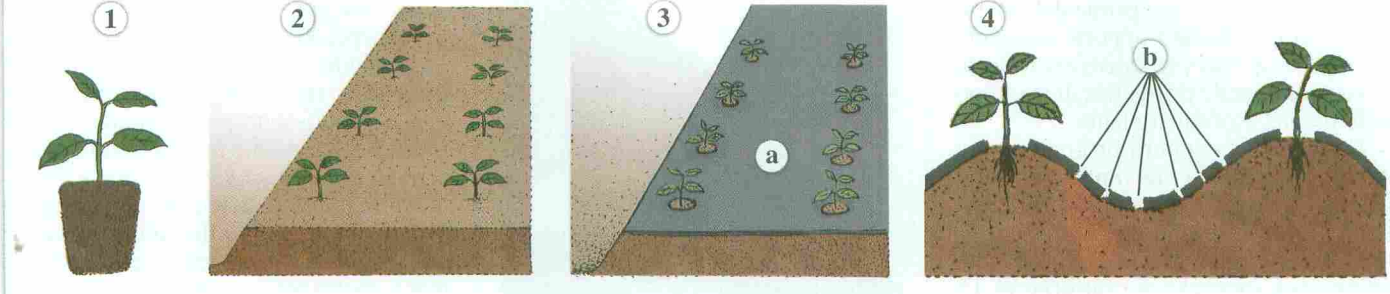


A sinistra. *Il peperone si giova molto degli apporti di concimi organici; se non si dispone di letame o di compost si può impiegare il letame concentrato-essiccato facilmente reperibile presso i rivenditori di prodotti per l'agricoltura.* A destra. *Dopo la distribuzione di letame o compost si esegue una vangatura profonda circa 30 centimetri*



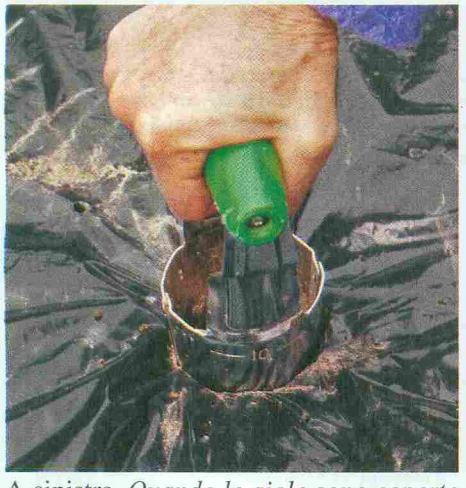
Trapianto su terreno sistemato ad arco (in aiole sopraelevate - porche). Questa sistemazione è adatta a terreni compatti o tendenzialmente compatti, per consentire uno sgrondo migliore dell'acqua

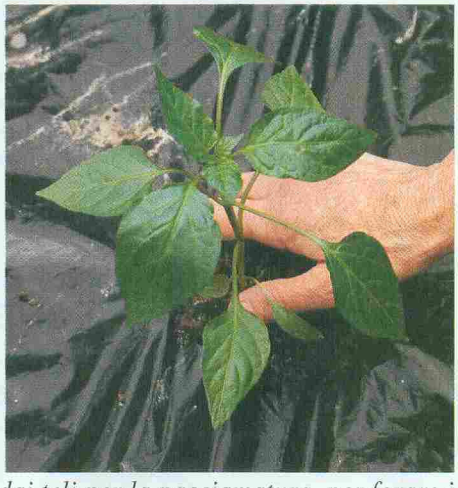
Quando si esegue il trapianto di piantine con il pane terra bisogna aver cura di riempire con terreno gli spazi vuoti che, durante la messa a dimora, si vengono a creare tra il pane di terra stesso e il terreno circostante: in questo modo le radici riprendono subito la loro attività



Trapianto del peperone. **1-***È consigliabile impiegare piantine con il pane di terra.* **2-***Il trapianto si può eseguire in un'aiola preparata nel modo consueto.* **3-***In alternativa l'aiola può essere coperta da teli plastici scuri* **(a)** *(la pacciamatura può venire attuata anche con la paglia). Questo accorgimento apporta molti vantaggi quali l'eliminazione dei lavori di diserbo, risparmio di acqua, maggiore precocità di produzione. Va ricordato che vi sono teli plastici fabbricati con materiali degradabili che si possono, una volta ultimata la coltivazione, interrare nel suolo dove si decompongono.* **4-***Anche in un terreno pesante, che è opportuno sistemare ad arco (a porche) – oppure quando si deve per forza irrigare per scorrimento/infiltrazione laterale dentro solchi – si può impiegare la pacciamatura. Si fa penetrare l'acqua nel suolo praticando numerosi piccoli fori* **(b)** *nella parte di pacciamatura corrispondente al fondo del solco*

Piantine da poco trapiantate in fase di crescita. Dopo l'impianto, per favorire l'attecchimento, si deve fornire acqua in piccole quantità, ripetendo gli interventi per mantenere fresco il terreno



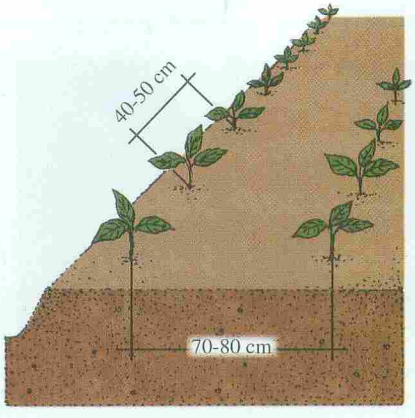


A sinistra. *Quando le aiole sono coperte dai teli per la pacciamatura, per forare i teli stessi e formare la piccola conca in cui porre il pane di terra si può impiegare un piantabulbi.* A destra. *Il pane di terra si colloca nella piccola conca così ottenuta e poi si accosta un po' di terreno, facendo attenzione a colmare gli eventuali vuoti tra il terreno e il pane di terra*

Per quanto riguarda l'azoto, si possono distribuire, soprattutto in terreni poveri, oppure non disponendo di letame o di compost, o quanto questi sono in quantità limitate, 10-15 grammi per metro quadrato di nitrato ammonico-26 quando si eseguono i lavori di preparazione del suolo, subito prima dell'inizio della coltura. Questo apporto consente una rapida ripresa vegetativa e stimola la crescita che, nelle prime fasi di sviluppo delle piante, è piuttosto lenta.

Dopo una vangatura profonda circa 30 centimetri (se si ara si può arrivare a 40 centimetri) ed un accurato interramento dei fertilizzanti organici, si sistema il terreno in aiole che devono essere abbastanza sopraelevate (attorno ai 15 centimetri) nei suoli in cui si teme che si possano formare ristagni.

Nei terreni più compatti, in cui sarebbe opportuno eseguire le lavorazioni di fondo nell'autunno o nell'inverno che precedono la coltura, per consentire uno sgrondo ancora migliore dell'acqua, è conveniente predisporre aiole sufficientemente sopraelevate, a forma di arco (dette porche, prose, prosone, colmini, magoli, ecc.) sul cui colmo verranno poste a dimora le piante.



Le distanze medie d'impianto per il peperone negli orti familiari variano in media tra i 70 e gli 80 cm tra le file e tra i 40 e i 50 cm sulla fila (2,5-3,5 piante per metro quadrato)

Il trapianto

Si effettua da metà marzo a metà maggio, a seconda che si attui la coltura sotto grandi tunnel, tunnel di piccole dimensioni o a pieno campo

I periodi di trapianto di questo ortaggio sono, in pianura padana, i seguenti:
– attorno alla metà di marzo, sotto ampi tunnel;
– nella prima quindicina di aprile, sotto tunnel di piccole dimensioni;
– da fine aprile a circa metà maggio, a pieno campo.

Dato che il peperone ama i climi caldi, quando si esegue la messa a dimora a pieno campo è opportuno attendere qualche giorno, nel caso di periodi freddi e perturbati.

Usando piantine munite di pane di terra (il cui uso è ormai diventato la regola) il trapianto è assai semplice, anche operando su terreno coperto da pacciamatura con teli plastici. È sufficiente formare nel suolo una piccola conca, un po' più grande del volume del pane di terra, porre la piantina nella conca stessa e riaccostare il terreno. Per forare i teli pacciamanti si può usare un piantabulbi.

Terminato l'impianto, per favorire l'attecchimento, si dà acqua in quantità molto limitate, ripetendo però gli interventi per tenere costantemente fresco il suolo.

Se fosse necessario si possono sostenere le piantine più deboli o che tendono a piegarsi, con un piccolo tutore.

Qualora vicino alle piante da poco messe a dimora il terreno risultasse eccessivamente compatto, bisogna smuoverlo leggermente con una piccola zappa o un erpicatore. Questi due interventi erano comuni quando si usavano piantine a radice nuda, ma impiegando piantine con il pane di terra si eseguono ormai con poca frequenza.

Le distanze d'impianto più indicate per il peperone negli orti familiari variano in media tra i 70 e gli 80 centimetri tra le file e tra i 40 e i 50 centimetri sulla fila. Si possono perciò mettere a dimora 2,5-3,5 piante per metro quadrato, arrivando anche a 4-4,5 piante e oltre, unicamente per varietà di peperoncino di piccola taglia. Nelle colture protette non è consigliabile in genere eseguire impianti molto fitti essendo la vegetazione superiore rispetto al pieno campo. ❑

(1) La tecnica di porre il seme in acqua (imbibizione) per favorire la germinazione si può impiegare per le Solanacee (oltre a peperone e peperoncino anche melanzana e pomodoro) e le Cucurbitacee (zucca, zucchino, melone, cocomero, cetriolo).

Le cure colturali: il peperone richiede sostegni adeguati e costanti irrigazioni

Alcuni aspetti della coltivazione del peperone richiedono una certa attenzione: una concimazione non eccessiva, un'irrigazione molto attenta, un adeguato sostegno delle piante – aspetto colturale abbastanza trascurato nei piccoli orti – ed una raccolta accurata data la delicatezza dei frutti. In compenso questo ortaggio è capace di dare il proprio prodotto per un lungo periodo ed i peperoni, conservati con differenti modalità, possono arricchire la mensa per quasi tutto l'anno. L'impegno di coltivazione quindi può risultare non eccessivo, se confrontato a quanto ci può dare questa pianta da orto, particolarmente piacevole anche dal punto di vista estetico, in special modo quando i frutti assumono colori intensi e brillanti.

La concimazione di copertura

In genere durante la coltivazione è necessario l'apporto di concimi azotati. Si può anche adottare la tecnica della fertirrigazione

Nel corso della coltivazione –cioè in copertura – si possono apportare 10 grammi per metro quadrato di nitrato ammonico-26, per 2-4 volte (20-40 grammi per metro quadrato in tutto) in rapporto alla fertilità del terreno, alla quantità di letame o di altri concimi organici usati in precedenza ed alla lunghezza del periodo produttivo.

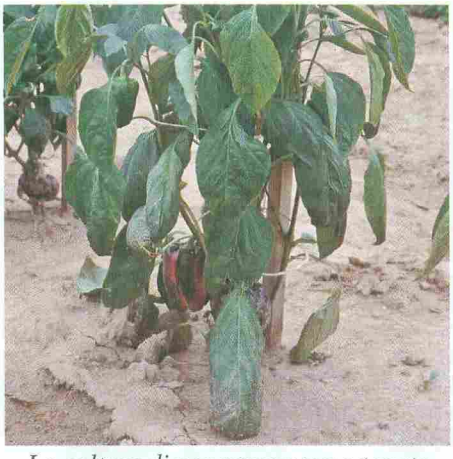
Si dimostrano validi per «sostenere» la produzione che, come detto, può durare a lungo (anche più di quattro mesi), i concimi a lenta cessione (ad esempio Bayfolan Multi Orti, Nitrophoska Gold, ecc.), molti dei quali contengono anche magnesio.

Quando si distribuiscono i concimi in copertura è opportuno interrarli a mezzo di una leggera zappatura o facendo seguire alla distribuzione una irrigazione.

Per il peperone viene spesso adoperata la tecnica della irrigazione fertilizzante (o fertirrigazione), in particolare quando si adotta la pacciamatura con teli plastici e per irrigare si impiega l'apposita manichetta. A questo scopo vengono utilizzati concimi del commercio appositamente preparati (ad esempio Bayfolan Idrosol) che si sciolgono con rapidità nell'acqua d'irrigazione.

Si possono però usare anche fertilizzanti più comuni come il solfato ammonico. In ogni caso per prudenza non bisogna mai superare i 2 grammi di fertilizzante per litro d'acqua utilizzato.

Aiole in cui è stata eseguita una rincalzatura (è stata accostata della terra alle piante) molto leggera



Le colture di peperone vanno tenute pulite da piante infestanti in tutte le fasi crescita.

Anche in un piccolo orto le piante possono facilmente superare un metro di altezza. In questo caso diventa quindi molto importante sostenerle con adeguati tutori. Quello che si intravvede nella foto non è sufficientemente alto

Il peperone inoltre, come diversi altri ortaggi, si avvale di apporti di magnesio. Il mezzo più semplice per somministrare questo elemento è quello di adoperare il solfato potassico-magnesiaco (invece del solfato di potassio) che contiene il 30% di potassio ed il 10% di magnesio. La quantità da distribuire varia dai 40 ai 70 grammi per metro quadrato.

Le lavorazioni in superficie del terreno

In assenza della pacciamatura sono necessarie leggere zappature o estirpature per smuovere il terreno. Talvolta una rincalzatura può favorire un miglior ancoraggio delle piante

Le lavorazioni del terreno consistono essenzialmente nel tenerlo pulito dalle piante infestanti, soprattutto quando si coltivano varietà a sviluppo contenuto che ombreggiano poco il suolo. Se non si adotta la pacciamatura si devono eseguire periodicamente, con accortezza, leggere zappature o estirpature superficiali per smuovere il terreno reso compatto dalle piogge o dalle irrigazioni. Sovente si fanno coincidere i lavori di diserbo con la distribuzione in copertura dei concimi e la lavorazione superficiale del suolo.

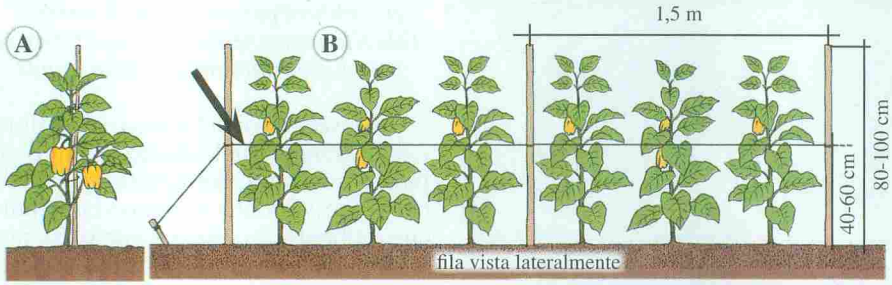
In alcuni casi per favorire un miglior ancoraggio delle piante si può eseguire con molta attenzione un'assolcatura superficiale e contemporanea rincalzatura, la quale può favorire l'emissione di nuove radici; questa operazione va effettuata con prudenza perché una lavorazione profonda rischia di danneggiare l'apparato radicale. Infatti, in particolare nei terreni più fertili e freschi, le radici si sviluppano negli strati più alti del suolo.

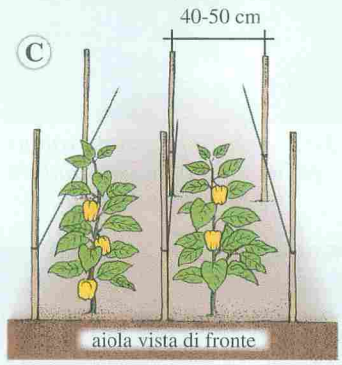
Il sostegno delle piante

È consigliabile installare dei sostegni fin dalle prime fasi di crescita, poiché in alcune varietà le branche sono fragili e caricandosi di frutti possono spezzarsi

Nelle colture a pieno campo, nella maggior parte dei casi, le piante non vengono sorrette da alcun tutore. Sarebbe invece indicato sostenerle perché spesso le branche, che in alcune varietà sono fragili, quando si caricano di frutti possono

A sinistra. *Piante sostenute con tutori (uno per ogni pianta).* Al centro. *Per sostenere le piante è più razionale porre lungo entrambi i lati della fila dei paletti in legno alti 80-100 centimetri fuori terra e quindi stendere un filo di ferro zincato fissandolo solidamente ai paletti. In questo modo le branche, crescendo, si appoggiano al filo e non si rompono.* A destra. *Particolare dei punti di fissaggio dei fili di ferro ai sostegni*





Come installare correttamente i sostegni dei peperoni. *Le branche di peperone si possono rompere facilmente sotto il peso dei frutti o per l'azione della pioggia oppure del vento. Piuttosto che ricorrere a tutori di fortuna quando i peperoni hanno già subito danni e parte della produzione è compromessa, è quindi opportuno installare i sostegni già dalle prime fasi di crescita. Si può operare come qui suggerito. Può risultare già abbastanza efficace collocare un tutore per ogni pianta* **(A)** *come si fa per il pomodoro, ma per operare in maniera più razionale si procede così* **(B** *e* **C)***:*

– si piantano, lungo entrambi i lati di ogni fila di peperoni, dei paletti (alti fuori terra 80-100 cm) alla distanza di circa un metro e mezzo l'uno dall'altro;

– tra le file di paletti di tengono 40-50 cm: in questo modo in un'aiola larga 90-100 cm risultano 3 file. La fila centrale sosterrà parte delle branche della fila di destra e parte di quella di sinistra;

– poi si fissa, per ogni fila di paletti, un filo di ferro zincato ben teso all'altezza di 40-60 cm (in rapporto alla differente vigoria delle varietà coltivate). Per legare il filo di ferro ai paletti si può impiegare un legaccio (cavetto, tubetto) di materiale plastico ma anche di rafia naturale. Al posto del filo di ferro si può impiegare un cordino (spago) di materiale plastico, purché sia ben teso e solidamente fissato ai paletti.

Così operando si ottiene una struttura che ha la doppia funzione di sostenere le piante (che si sviluppano nello spazio destinato alla loro fila senza invaderne altro) e di costituire un appoggio per le branche, evitando che si spezzino quando si caricheranno di frutti. È un lavoro molto semplice da eseguire.

Nel caso di piante con forte sviluppo vegetativo e lungo periodo di produzione (specialmente colture protette) si impiegano paletti più lunghi (fuori terra 120-150 cm) e si fissa un altro filo o più fili di ferro zincato distanti 30-40 cm dal primo

spezzarsi. Questo lavoro è in pratica d'obbligo nelle colture protette che presentano un maggiore rigoglio vegetativo.

È comunque consigliabile installare i sostegni fin dalle prime fasi di crescita delle piante piuttosto che ricorrere poi a tutori di fortuna quando i peperoni hanno già subito danni e parte della produzione è compromessa.

È possibile sostenere con un tutore ogni pianta, ma più che un singolo sostegno è consigliabile sorreggere le piante come spiegato nel riquadro qui a sinistra.

In alcuni manuali è scritto che bisognerebbe utilizzare ogni anno sostegni nuovi, bruciando quelli vecchi; non avendo la possibilità di procurarsi tutori nuovi, si possono pulire quelli già utilizzati e immergerli in una soluzione di solfato di rame al 10-15% per qualche giorno.

Di solito sulle piante di peperone non si eseguono cimature e ***potature*** particolari; le potature vengono effettuate solo nelle grandi coltivazioni protette, nelle quali vengono eliminati i germogli che si formano nella parte inferiore delle piante, al di sotto dell'inizio delle diramazioni e a volte si sfoltiscono le diramazioni secondarie soprattutto per migliorare la qualità dei frutti.

Anche un piccolo produttore può provare a togliere i germogli che si trovano sotto le diramazioni delle piante, ricordando però che questa operazione tende a far crescere maggiormente in altezza i peperoni, che quindi devono venire ben sorretti.

A livello professionale spesso le piante in coltura protetta vengono allevate con due fusti (cioè a «Y»), ma si tratta di un sistema complesso che richiede ripetuti interventi di potatura e di sostegno.

Specialmente in passato e nelle zone più calde, dopo un periodo di raccolta di

circa due mesi, i peperoni si potavano energicamente per ottenere una seconda produzione ad iniziare da fine estate. Le piante venivano aiutate nella ripresa vegetativa a mezzo di concimazioni in copertura e con attente irrigazioni. Negli orti familiari questa operazione potrebbe venire eseguita su qualche pianta, ma solo nelle regioni con un'estate costantemente lunga e calda, in particolare se si attua una coltura protetta almeno nelle prime fasi di coltivazione.

L'irrigazione

Nella fase di ingrossamento dei frutti è necessario irrigare spesso ma con limitate quantità d'acqua. Anche per questa coltura è preferibile distribuire l'acqua a mezzo di manichette

In mancanza di piogge è necessario intervenire ripetutamente (ad esempio ogni 5-7 giorni nel momento di maggiore crescita e sviluppo dei frutti, talora con frequenza un po' maggiore quando si hanno terreni sciolti o tendenzialmente sciolti), ma con limitate quantità d'acqua.

In particolare se non si irriga durante l'ingrossamento delle bacche queste risultano leggere e la polpa si ispessisce poco. Un insufficiente apporto d'acqua rende poi difficoltosa la formazione dei frutti (allegagione) che in seguito rimangono di piccole dimensioni.

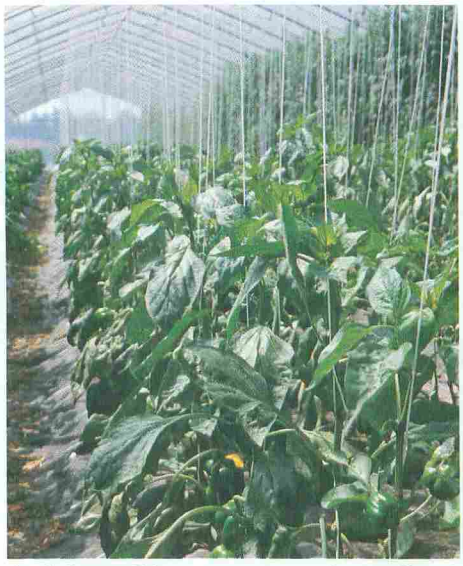
Nei piccoli orti è opportuno evitare di dare acqua per aspersione (a pioggia). Questo sistema aumenta la possibilità di attacchi di malattie causate da funghi microscopici e di guasti ai frutti, in particolare nelle varietà che non sono sufficientemente coperte dalle foglie.

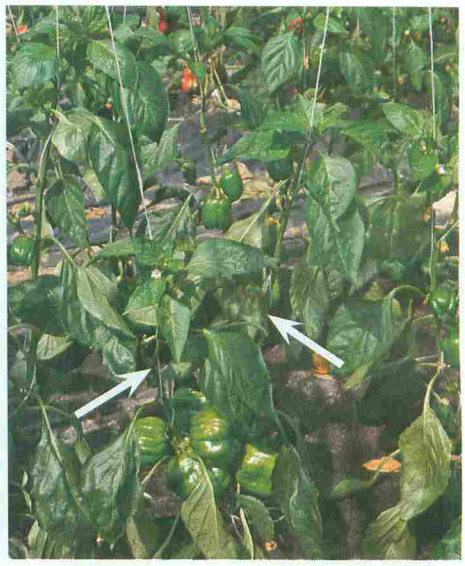
Se si fosse proprio costretti ad usare il sistema a pioggia, è opportuno attuare gli interventi verso sera, per evitare che le gocce, attraversate dai raggi del sole, si comportino come delle lenti, provocando scottature sui frutti.

Bisognerebbe evitare anche il sistema per scorrimento-infiltrazione laterale, perché favorisce la diffusione della cancrena pedale (sarebbe da adottare solo proprio se non fosse possibile impiegare altri metodi).

Il sistema più consigliabile è quello che utilizza manichette forate poste sotto la pacciamatura o sopra il terreno facendo in modo, in questo secondo caso, che gli zampilli d'acqua non bagnino la pianta. Nelle colture protette è sempre consigliabile usare le manichette.

Con le manichette è inoltre più semplice dare acqua in cui sono stati sciolti i concimi (fertirrigazione), anche se questa tecnica può talvolta risultare di esecuzione difficoltosa per un piccolo produttore. È comunque opportuno non superare i 2 grammi di fertilizzante per litro.





A sinistra. *Piante sostenute da cordino in materiale plastico in una coltura professionale.* A destra. *Pianta allevata con due fusti in una coltura professionale*

Quando le piante di peperoncino assumono dimensioni notevoli è consigliabile sostenerle con tutori

Quando si producono peperoncini – piccanti o dolci – è opportuno non trascurare gli apporti d'acqua (in particolare quando si coltivano in vaso), che tuttavia devono essere modesti, ma ripetuti. Occorre prestare attenzione perché, in mancanza d'acqua, le piante spesso non manifestano sofferenza (le foglie non appassiscono), ma si blocca la crescita, cadono i fiori e quindi non si formano i frutti e, anche ripristinando le irrigazioni, le piante non si riprendono più.

L'irrigazione nelle colture pacciamate – tanto sotto tunnel che a pieno campo – viene effettuata in genere a mezzo di manichette, collocate sulle aiole prima di stendere la pacciamatura. Nella particolare si nota la manichetta posta sotto i teli

La coltura sotto tunnel

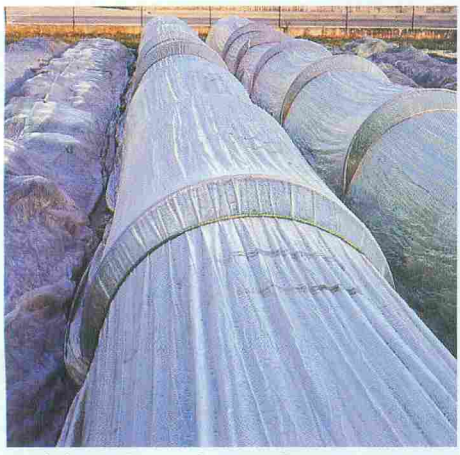
La coltivazione del peperone e del peperoncino sotto tunnel dà buoni risultati anche nei piccoli orti

Negli orti familiari la coltivazione sotto tunnel, al contrario di quello che avviene nelle colture attuate per il mercato, non è molto diffusa. Bisognerebbe invece che questo tipo di coltivazione fosse preso maggiormente in considerazione dai piccoli coltivatori perché può dare risultati molto buoni.

Infatti, eseguendo anche solo l'impianto sotto tunnel, vi sarebbe prodotto più che sufficiente per i fabbisogni familiari. Questo perché i peperoni hanno un ciclo di produzione lungo e, se debitamente seguiti a mezzo di concimazioni in copertura ed irrigazioni, possono fruttificare fino alle prime gelate.

Supponendo di investire 5 metri quadrati di terreno con tre piante per metro quadrato, pari ad un totale di 15 piante, e ipotizzando che ogni pianta produca 10-12 frutti, è possibile raccogliere 150-180 bacche in un periodo che va dalla seconda metà di giugno (disponendo di piccoli tunnel e raccogliendo i primi frutti verdi) fino all'inizio di novembre.

Questo tipo di coltura non pone parti-



A sinistra. *I piccoli tunnel possono essere validamente impiegati anche per il peperone, per creare condizioni idoneee al suo sviluppo già dall'inizio del ciclo vegetativo.* A destra. *Coltura di peperone attuata sotto tunnel di grandi dimensioni*

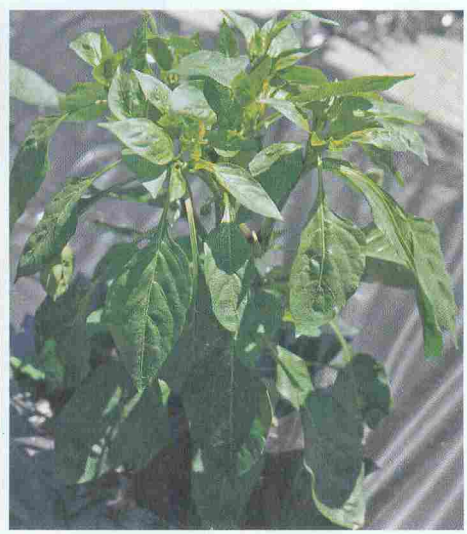
colari problemi se non le stesse attenzioni richieste dalla coltivazione a pieno campo. In linea di massima non si effettuano inoltre gli interventi per favorire la formazione dei primi frutti (ormonatura dei fiori), che invece si attuano di frequente per il pomodoro e la melanzana.

Le piante in coltura protetta, oltre a vegetare in maniera più rigogliosa, producono mediamente di più rispetto a quelle coltivate a piena aria, essendo il periodo di produzione più lungo. Anche il peperoncino può fornire buoni risultati in coltura protetta.

Comunque piccole protezioni dovrebbero venire impiegate su tutte le colture (anche su quelle messe a dimora in pianura padana a fine aprile-primi di maggio) per un periodo il più lungo possibile perché, essendo il peperone una pianta che ha bisogno di caldo, se già dall'inizio del suo ciclo vegetativo si creano le condizioni idonee al suo sviluppo vi è una maggiore produttività.

Proteggendo le colture inoltre si rendono i peperoni più resistenti agli attacchi di malattie. Infatti se una pianta è debole e stenta a crescere, subisce più facilmente i danni causati dai virus che possono venir trasportati specialmente dagli afidi. Gli attacchi degli afidi sono meglio sopportati da peperoni rigogliosi e sviluppati, e i danni risultano di minore gravità.

In coltura protetta, a livello professionale, comincia a farsi strada un tipo particolare di coltivazione, in cui le piante non si mettono a dimora nel terreno, ma sono allevate su appositi substrati. Su questi si fanno arrivare, a mezzo dell'irrigazione a goccia o facendo scorrere un velo d'acqua, tutti gli elementi – in percentuali calcolate in precedenza – necessari per il miglior rendimento possibile dei peperoni. Le piante si tengono isolate dal suolo stendendo degli appositi teli di plastica disposti come se fossero canalette. Questo sistema – detto coltura fuori suolo – permette di coltivare di seguito per anni lo stesso ortaggio sotto la medesima protezione, poiché non vi sono problemi di esaurimento del terreno. La difesa da malattie ed insetti non differisce, di regola, da quella messa in atto delle normali colture.



A sinistra. *Piante da poco trapiantate in aiole pacciamate ed in fase di crescita.* A destra. *Pianta in aiola pacciamata, che ha quasi raggiunto il completo sviluppo*

La pacciamatura

Si possono usare teli plastici neri oppure la paglia, o una tecnica mista con teli plastici sulle aiole e paglia tra un'aiola e l'altra

Il peperone trae notevole vantaggio dall'adozione della pacciamatura sia nelle colture protette sia a pieno campo ed è consigliabile adottarla pure in piccole superfici.

Si possono usare teli plastici neri, accoppiando possibilmente la manichetta forata per eseguire una più razionale irrigazione. Come materiale per la pacciamatura si può impiegare anche la paglia. È possibile inoltre adottare una tecnica mista: usando ad esempio teli plastici sulle aiole e paglia nei percorsi tra aiola ed aiola.

La pacciamatura con teli plastici neri offre il vantaggio di una maggiore precocità e di apporti d'acqua più contenuti, oltre naturalmente a ridurre al minimo o eliminare completamente i lavori di diserbo.

Sono in commercio anche in limitate quantità – pur non essendo molto facili da trovare dai rivenditori – teli derivati da amido di mais (BioTelo Agri) la cui durata è di 1-3 mesi e più, in rapporto soprattutto allo spessore dei teli stessi, e che dopo l'uso si interrano, risolvendo così il problema dello smaltimento.

Nelle colture professionali si impiegno poi teli che riflettono la luce (riflettenti), capaci di disorientare gli insetti che attaccano questa coltura.

La produzione delle sementi

Per ottenere il seme di una determinata varietà occorre evitare gli incroci casuali tenendo una notevole distanza da altre piante o coltivazioni di peperone o di peperoncino

Il peperone è una specie che ha fiori ermafroditi (nello stesso fiore è presente tanto la parte maschile quanto quella femminile) ed in cui avviene l'autoimpollinazione, ma con possibilità abbastanza elevate di impollinazione incrociata compiuta specialmente dagli insetti. Nel caso si voglia produrre seme, quindi, occorre tenere tra due varietà diverse una distanza non inferiore a 200-300 metri (meglio ancora 1.500-2.000 metri). Bisogna inoltre tenere lontani peperoni e peperoncini e coltivare una

La coltivazione del peperone e del peperoncino in vaso

I peperoni si possono coltivare piuttosto facilmente in vasi o contenitori simili, ma sono soprattutto i peperoncini quelli più coltivati in vaso, anche per il loro valore ornamentale.
Si possono impiegare vasi di 20-22 e più centimetri di diametro per le varietà di maggiore sviluppo, per le altre vasi da 16-18 centimetri, usando terriccio di buona qualità mescolato anche con terra da orto (30-50%). Sul fondo del vaso si deve collocare uno strato di circa 2 centimetri di argilla espansa per consentire un rapido deflusso dell'acqua in eccesso.
Le piante vanno seguite con ripetute concimazioni anche per mezzo di concimi sciolti in acqua (fertirrigazioni). Non è consigliabile impiegare tipi che contengono troppo azoto. Ad esempio potrebbe essere impiegato un concime liquido di tipo universale contenente il 7% di azoto, il 7% di anidride fosforica, il 7% di ossido di potassio e microelementi.
Anche le piante in vaso, se necessario, vanno sostenute a mezzo di tutori.
Crescendo e producendo i frutti, che poi si colorano, le piante assumono un gradevole aspetto ornamentale. È una prova da consigliare anche a chi possiede poca esperienza di coltivazioni. Si raccomanda però di curare molto gli apporti d'acqua, visto il limitato volume di terra a disposizione delle piante, e di concimare con frequenza (leggendo con attenzione le istruzioni allegate al concime che si usa).

1-*Il peperone, anche di varietà a frutto grosso, può venire coltivato in vaso senza particolari difficoltà. Pianta in fase di crescita.* **2**-*Pianta in vaso già ben sviluppata con frutti che stanno ingrossando.* **3**-*Peperoncino a ciliegia, piccante, con frutti già in fase di raccolta. È consigliabile sostenere anche in questo caso le piante, specialmente quando lo sviluppo è ragguardevole.* **4**-*Molte varietà di peperoncino, data la crescita contenuta ed il valore ornamentale, si adattano in modo particolare ad essere coltivate in vasi*

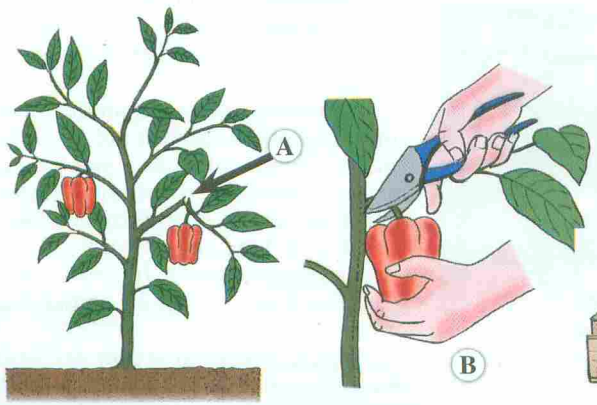
sola varietà, di peperone o di peperoncino, altrimenti si potrebbero verificare incroci casuali. Le distanze d'impianto sono come nella coltura normale.

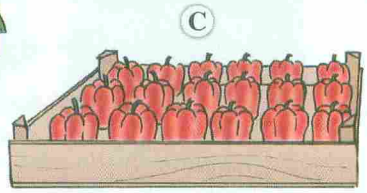
È necessario inoltre accertarsi che le varietà da cui si vuole ottenere il seme non siano ibride, perché in questo caso le piante non porterebbero i caratteri delle varietà di partenza.

È consigliabile estrarre i semi dai frutti quando questi sono completamente maturi. Dopo aver staccato i semi dalla placenta, li si lava e poi li si mette ad asciugare all'ombra, su una lastra di vetro o di materiale plastico rigido, non su carta (la carta da cucina si può usare solo per una prima asciugatura) a cui potrebbero attaccarsi fino ad incollarsi.

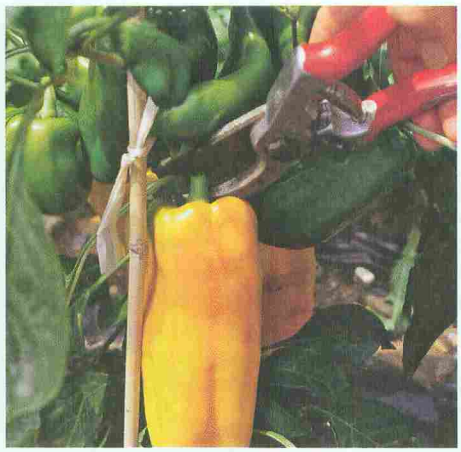
Una volta asciutti, i semi si possono conservare in un vasetto di vetro, del tipo impiegato per confezionare sottaceti, marmellate, ecc., che è consigliabile avvolgere con un foglio di alluminio in modo che i semi stessi si trovino in ambiente buio. Per quantità molto piccole è possibile usare pure i contenitori delle pellicole fotografiche.

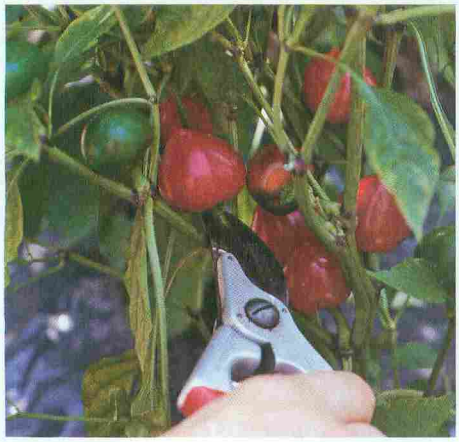
Al vasetto – o altro contenitore – si dovrà applicare un'etichetta su cui si indicheranno la specie, la varietà e l'anno di produzione (ad esempio «Peperone - Varietà Quadrata locale rossa - anno 2007»). È opportuno conservare poi i contenitori in un ambiente scuro, asciutto e dove la temperatura non scenda sotto lo zero.





Raccolta del peperone. *Quando si raccoglie il peperone bisogna prestare molta attenzione perché le diramazioni del fusto sono fragili e si possono spezzare facilmente* **(A)** *soprattutto quando i frutti sono pronti per la raccolta. Quindi non bisogna cercare di strappare i peperoni dalla pianta con le mani, ma* **(B)** *si deve tagliare il peduncolo (la parte che unisce il frutto al fusto) con delle forbici oppure con un coltellino ben affilato. Una volta raccolti, i peperoni – che sono frutti delicati – vanno depositati* **(C)** *con cura in una cassettina e poi portati nel più breve tempo possibile al riparo dal sole, possibilmente in un locale non troppo caldo*





A sinistra. *Spesso per «alleggerire» le piante e dare loro la possibilità di produrre nuovi frutti è consigliabile raccogliere i primi peperoni ancora verdi. Durante le operazioni di raccolta bisogna procedere con delicatezza per non correre il rischio di spezzare le branche e/o le bacche che talora crescono incastrate tra le branche stesse.* A destra. *Per raccogliere i peperoni è opportuno utilizzare delle forbici e non strapparli dalle branche con le sole mani perché si può rovinare l'intera pianta e compromettere la produzione futura.* A lato. *Pure nella raccolta dei peperoncini è consigliabile staccare le bacche con le forbici*

La coltivazione biologica

Occorre impiegare concimi ammessi in agricoltura biologica e sementi provenienti da colture biologiche

La coltivazione organica (detta comunemente «biologica») è simile a quella sopra esposta. Nelle colture organiche al posto del perfosfato si possono usare le scorie di defosforazione (Scorie Thomas) e, volendo, sale di potassio contenente magnesio, ma sono concimi difficilmente reperibili in piccole quantità.

Nelle colture biologiche si può, oltre al letame o al compost, impiegare un concime contenente guano (che si può distribuire anche nella coltura in atto, cioè in copertura) il cui costo è però piuttosto elevato. Per le modalità d'uso e le quantità da impiegare bisogna fare riferimento alle istruzioni allegate ai vari prodotti presenti in commercio.

Sempre in copertura – e non solo nelle colture organiche – si può utilizzare terriccio di letame (le quantità sono difficilmente determinabili) o acqua di compost (due-tre badilate di compost mescolate con un ettolitro circa di acqua), però la distribuzione e l'interramento possono risultare piuttosto complicati in entrambi i casi.

Se si vogliono pacciamare le aiole con teli plastici sono disponibili, anche in limitate quantità, prodotti che, una volta interrati, si decompongono nel terreno. Vi sono anche sementi provenienti da colture organiche (*Quadrato d'Asti*, *Cuneo giallo*, *Corno di toro rosso*), ma non sono facili da trovare.

La raccolta

Si taglia il peduncolo con le forbici o un coltello affilato, facendo attenzione a non spezzare le branche, e si pongono i frutti con delicatezza nei contenitori

La raccolta si esegue sia quando i frutti sono di colore verde, purché abbiano raggiunto le dimensioni e la consistenza caratteristiche della varietà, sia nel momento in cui hanno assunto il colore rosso o giallo sempre in rapporto alle differenti varietà. Naturalmente le varietà che si caratterizzano per il colore quasi bianco, giallognolo o violaceo vanno raccolte prima che cambino colore altrimenti perdono la loro caratteristica essenziale.

Produzione di peperoni di qualità elevata ottenuta a livello professionale. Risultati altrettanto validi si possono ottenere anche in piccole superfici

È consigliabile raccogliere verdi i primi frutti per «scaricare» la pianta e darle la possibilità di produrre nuove bacche. La raccolta dei primi peperoni si deve eseguire con molta delicatezza per non spezzare le branche. Infatti i frutti che si formano per primi possono essere letteralmente incastrati tra le diramazioni del fusto.

Il peduncolo si taglia con le forbici o un piccolo coltello affilato. Quando le piante crescono è più facile procedere alla raccolta, ma non si deve mai tentare di staccare le bacche strappandole perché si potrebbe staccare un'intera branca.

Dopo la raccolta, i frutti vanno depositati con delicatezza nei contenitori, e non lanciati da lontano. Infatti essendo la bacca fornita di un robusto peduncolo, questo può rovinare altri frutti che si trovano nel contenitore. Bisogna ricordare che i frutti del peperone sono piuttosto sensibili alle ammaccature e che, una volta staccati dalla pianta, è opportuno non lasciarli al sole.

I peperoncini da conservare sotto aceto vengono spesso raccolti verdi, ma si possono benissimo raccogliere a maturazione piena, cioè quando assumono il colore in genere rosso. I peperoncini piccanti di solito si staccano dalla pianta dopo che sono diventati completamente rossi. Le varietà che a completa maturazione diventano gialle o arancioni sono poco comuni, ma bisogna in ogni caso far maturare bene i frutti sulla pianta.

Per raccogliere i peperoncini è consigliabile adoperare forbici di piccole dimensioni.

Il peperone a frutto grosso, in 10 metri quadrati di superficie, può produrre da 20-30 fino a 40 e più chilogrammi. Se si staccano le bacche verdi, la produzione è superiore rispetto a quella che si ha quando si raccolgono le bacche rosse o gialle.

In coltura protetta le quantità raccolte sono in genere superiori del 20-30% rispetto a quelle ottenute a pieno campo. Se poi la raccolta si prolunga notevolmente nel tempo, la produzione può essere di gran lunga più elevata.

Per i peperoncini le quantità sono, in genere, minori: 1,5-2,5 kg al metro quadrato.

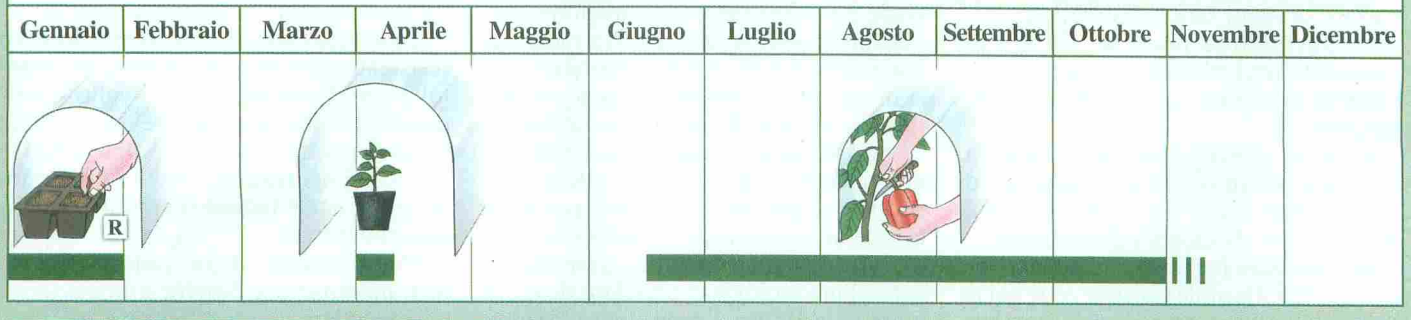
La percentuale di scarto dei frutti è piuttosto variabile (dal 5 al 25%) in rapporto ai tipi ed alle varietà coltivate. ❑

Cicli di coltivazione del peperone in pianura padana

Nelle regioni centro-meridionali vi può essere un anticipo del periodo di semine e trapianti di 2-3 settimane rispetto a quanto indicato. Nelle zone più favorite dal clima (Sud e Isole) la coltivazione si attua sotto protezione anche in autunno-inverno, raccogliendo fino in primavera (coltura fuori stagione)

Coltivazione sotto ampie protezioni

Coltivazione sotto piccoli tunnel



Coltivazione in pieno campo

Legenda:

Semina in coltura protetta riscaldata **(R)**

Semina sotto protezioni

Trapianto sotto tunnel di piantine con pane di terra

Trapianto in pieno campo di piantine con pane di terra

Raccolta sotto tunnel

Raccolta in pieno campo

= periodo di maggiore attività

= periodo di minore attività

(1) La semina si può effettuare da metà febbraio (in una doppia finestra con sotto un termosifone) a metà marzo (sotto tunnel).
Nota. Il ***peperoncino*** si coltiva in genere a pieno campo, ma volendo anticipare la produzione si può coltivare sia sotto protezioni ampie, sia utilizzando piccoli tunnel.

La difesa del peperone da malattie, insetti dannosi e altre avversità

Pur essendo numerosi, sia le malattie sia i parassiti animali che arrecano danno ai peperoni, in un orto familiare con una corretta attuazione della coltura si possono ridurre gli interventi antiparassitarli o addirittura eliminarli. Bisogna prima di tutto:
– rispettare l'avvicendamento delle colture nelle aiole;
– non eseguire impianti troppo fitti;
– non eccedere nelle concimazioni tanto con letame o compost che con fertilzzanti minerali a base di azoto;
– fare in modo che l'acqua sgrondi in modo rapido dal suolo;
– se possibile scegliere varietà resistenti o tolleranti nei confronti di virus e altre malattie;
– usare sementi sane e disinfettate;
– producendo le piantine, impiegare l'apposito terriccio per semine;
– tenere le colture pulite dalle piante infestanti;
– in coltura protetta arieggiare quanto più possibile per impedire la formazione di un ambiente adatto allo sviluppo di malattie causate da funghi microscopici;
– non interrare le piante malate, ma portarle fuori dalle aiole e distruggerle nel rispetto delle disposizioni locali (non buttarle nei fossi perché si potrebbe infettare l'acqua di irrigazione e aumentare la possibilità di diffusione delle malattie).

Le malattie

Funghi e batteri colpiscono le colture attuate in condizioni di eccesso di umidità, di eccessiva fittezza delle piante e di ristagno d'acqua

Uno dei problemi più rilevanti che può colpire la coltura, oltre ai virus, è la ***cancrena pedale*** che provoca il marciume della parte più bassa del fusto. Solo un numero limitatissimo di varietà presentano tolleranza verso questa malattia (in genere è difficile che i piccoli produttori ne possano disporre) per cui è necessario mettere in atto i sistemi preventivi sopra elencati.

In particolare bisogna evitare l'irrigazione per scorrimento-infiltrazione laterale, preferendo invece quella a mezzo di manichette forate, perché possibili eccessi di umidità e ristagni d'acqua possono favorire gli attacchi di questa malattia.

Se vi è una infezione in atto si può tentare di contenerla effettuando delle irrorazioni localizzate (cioè pianta per pianta) con una soluzione di ossicloruro di rame-50 (irritante o nocivo, ammesso in agricoltura biologica), alla dose di 12-15 grammi in 10 litri d'acqua fino a 20 giorni dalla raccolta, cercando di bagnare bene il colletto delle piante. Si può impiegare anche un prodotto a base di propamocarb cloridrato-66,5 (irritante) innaffiando accuratamente la base del fusto con una soluzione ottenuta mescolando 20 millilitri del prodotto in 10 litri d'acqua. Sono sufficienti 200 millilitri per pianta (fino a 20 giorni dalla raccolta).

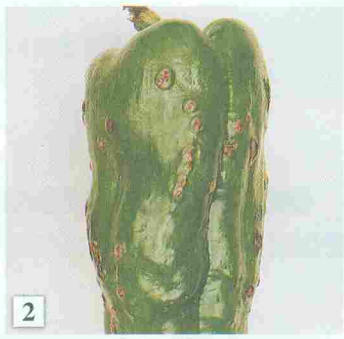
Si possono poi eseguire, sulla parte aerea delle piante, trattamenti preventivi con ossicloruro di rame-50, alla dose di 25-30 grammi in 10 litri d'acqua, o con solfato di rame tribasico-15,2 (non classificato, ammesso nelle colture biologiche) alla dose di 30 millilitri per 10 litri d'acqua, fino a 3 giorni prima di raccogliere.

Nelle colture protette è necessario curare molto l'arieggiamento. Nel caso di un attacco accertato sarebbe opportuno attendere anche più di 4 anni prima di far tornare la coltura nello stesso terreno.

Non sono ancora diffusi portinnesti resistenti alla cancrena pedale, ma solo tolleranti. Esistono però, a livello sperimentale, linee di piante resistenti alla cancrena pedale ed anche alla verticilliosi ed ai nematodi galligeni. L'innesto del peperone è tuttora una pratica scarsamente diffusa.

Per prevenire i danni causati da ***batteri***, ***alternaria*** e ***botrite*** è necessario non eccedere con la fittezza d'impianto e neppure con le concimazioni azotate, scegliere un tipo di irrigazione che non bagni le foglie ed i frutti ed eseguì-

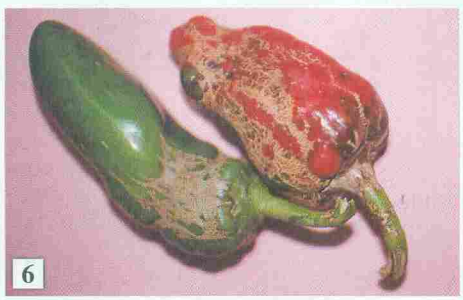
1


2

3

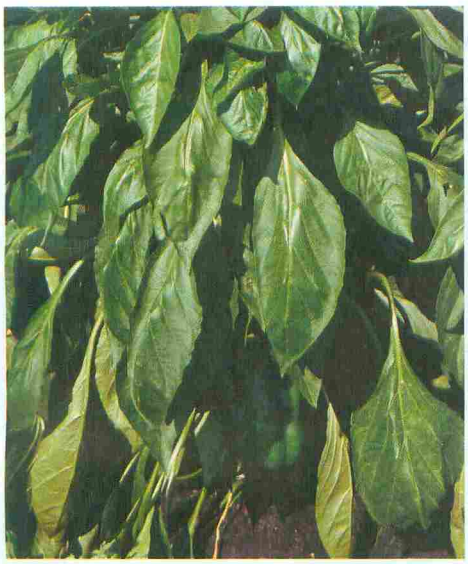
4

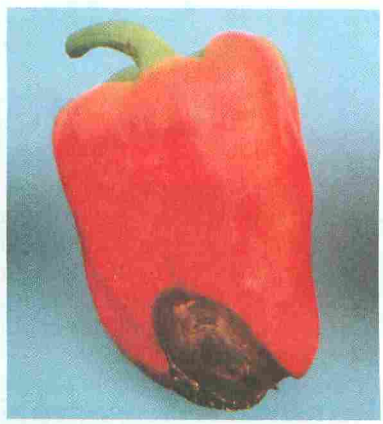
5


6

7

1-*La cancrena pedale provoca il marciume della parte bassa del fusto.* **2**-*Il peperone può essere colpito da batteriosi; nella foto: maculatura batterica provocata da Xantomonas campestris.* **3**-*Bacca ustionata dal sole e colpita poi da alternaria.* **4**-*Bacca colpita dalla botrite.* **5**-*Pianta attaccata da afidi. Questi insetti sono assai pericolosi perché possono trasportare temibili virus e quindi infettare le piante di peperone.* **6**-*Peperoni attaccati dai tripidi.* **7**-*Danni causati dalla piralide*





A sinistra. *Pianta con fogliame che copre i frutti proteggendoli da una eccessiva illuminazione del sole (pianta coprente).* Al centro. *Baccà compromessa da una forte ustione causata dall'esposizione ai raggi solari.* A destra. *Il marciume apicale è causato da un irregolare assorbimento di acqua e da difficoltà di assorbimento del calcio*

re eventualmente dei trattamenti preventivi con ossicloruro di rame-50 (irritante o nocivo, ammesso in agricoltura biologica) alla dose di 25-30 grammi in 10 litri d'acqua, oppure con solfato di rame tribasico-15,2 (non classificato, ammesso nelle colture biologiche), alla dose di 30 millilitri per 10 litri d'acqua, fino a 3 giorni prima di raccogliere.

Gli insetti nocivi

Gli afidi e i tripidi sono gli insetti più pericolosi, anche in quanto vettori di pericolose virosi. In alcuni casi può essere dannosa la piralide del mais

Gli insetti più pericolosi per questa coltura, anche perché possono trasportare i virus e quindi infettare le piante di peperone, sono gli ***afidi*** e i ***tripidi***.

In caso di attacchi è necessario intervenire già alla primissima comparsa degli insetti, verso sera e ripetendo l'intervento dopo 8-10 giorni, con piretrine naturali-4 (non classificato o irritante, ammesso nelle colture biologiche) alla dose di 7-10 millilitri in 10 litri d'acqua, fino a 2 giorni dalla raccolta. In caso di difficoltà a controllare questi insetti bisogna intervenire con un prodotto a base di azadiractina (non classificato, ammesso nelle colture biologiche), alla dose di 15 ml per 10 litri d'acqua, fino a 7 giorni dalla raccolta; si consiglia di rendere acida l'acqua con normale aceto per alimenti (25-30 ml per 10 litri d'acqua).

Un insetto che può colpire con diversa intensità a seconda delle annate e delle zone è la ***piralide del mais***. Anche se si trova qualche bacca forata, non è necessario eseguire particolari trattamenti: è sufficiente, dopo la raccolta, eliminare la parte di polpa che non si può utilizzare; se lo si ritiene necessario, si può impiegare un prodotto a base di Bacillus thuringiensis (non classificato o irritante, ammesso nelle colture biologiche), alla dose di 10-20 grammi per 10 litri d'acqua, fino a 3 giorni dalla raccolta.

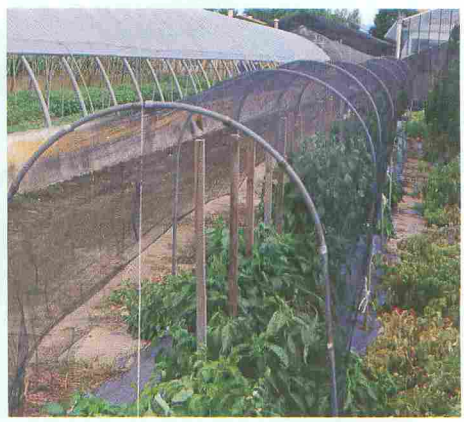
Le altre avversità

La coltura può subire danni per le scottature del sole, il marciume apicale e la grandine

A volte, come già accennato, si verificano problemi causati non da malattie o parassiti animali, ma da particolari condizioni ambientali. Uno degli inconvenienti di questo tipo più facilmente riscontrabili è la presenza di ***scottature sulle bacche***. Oltre ad evitare di irrigare a pioggia, specialmente nelle ore più calde della giornata, è opportuno scegliere varietà con abbondante produzione di foglie che possono riparare i frutti dal sole. Tale raccomandazione vale ancora di più per i coltivatori delle zone con intensa radiazione solare.

Può anche capitare che i frutti tendano a marcire nella parte terminale. Questo fenomeno viene detto ***marciume apicale*** ed è causato soprattutto da un irregolare assorbimento di acqua (squilibri idrici) e da difficoltà di assorbimento del calcio, più rilevante in suoli piuttosto salini. Per evitarlo bisogna eseguire irrigazioni regolari (cioè non si deve far soffrire la siccità alle piante e poi somministrare acqua in eccesso). Bisogna inoltre non esagerare con gli apporti di concimi.

Nelle zone dove la ***grandine*** colpisce abbastanza di frequente le colture si consideri l'opportunità di collocare una rete antigrandine sulle colture stesse. Infatti, anche grandinate di lieve entità possono arrecare danni rilevanti alle bacche – tali da renderle completamente inutilizzabili – ed alle piante in genere. Per installare la rete antigrandine si possono impiegare validamente le strutture che servono per sostenere i teli plastici trasparenti dei piccoli tunnel. ❑



A sinistra. *Le branche di peperone si possono rompere abbastanza facilmente sotto il peso dei frutti e/o per l'azione del vento e della pioggia.* A destra. *Nelle località dove è facile che si verifichino grandinate sarebbe indicato coltivare il peperone sotto rete antigrandine. In questo caso come sostegno sono state utilizzate le strutture su cui vengono fissati i teli dei piccoli tunnel*

L'utilizzazione e la conservazione del peperone e del peperoncino

Assai numerosi sono gli usi che si fanno in cucina tanto dei peperoni che dei peperoncini. Gli impieghi sono spesso legati a tradizioni radicate, ma vi è spazio per le utilizzazioni in cui la fantasia di chi cucina può avere libera realizzazione.

Impiego e conservazione del peperone

Questo ortaggio viene utilizzato per innumerevoli preparazioni culinarie, fresco o conservato mediante il congelamento o l'essiccazione

I peperoni a frutto dolce si impiegano come antipasti (conservati in vari modi) per primi piatti (condimento per paste asciutte, risotti, ecc.), ma soprattutto per contorni. Per quanto riguarda i secondi piatti ed i contorni, solo prendendo in considerazione i peperoni ripieni, vi sono diverse ricette per poterli preparare.

I peperoni sarebbero da consumare crudi – da soli o assieme ad altre verdure – perché in tal modo offrono il massimo del loro contenuto di vitamine, specialmente di vitamina C.

Questo ortaggio si presta come pochi altri ad essere conservato sia sott'aceto che sott'olio, anche mescolato con altre verdure (giardiniera). Lo si può inoltre benissimo congelare o essiccare.

Congelamento. Per questa forma di conservazione si utilizza il peperone precedentemente grigliato oppure cotto. In questo modo si riducono i danni da freddo perché l'ortaggio ha già perso buona parte di acqua.

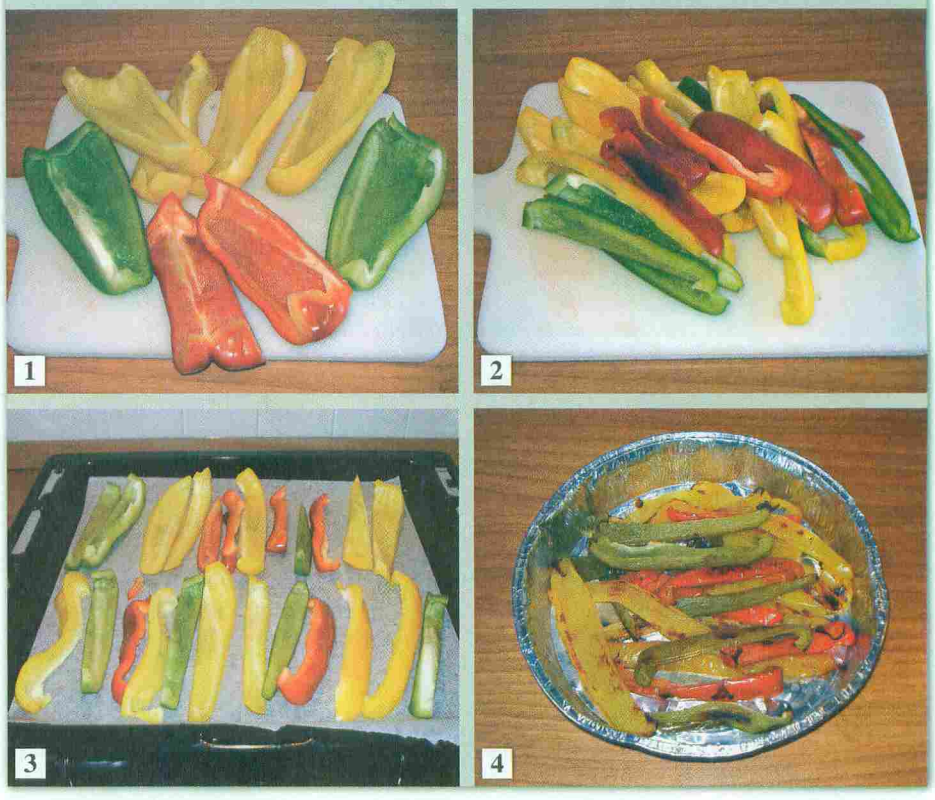
Non è possibile congelare il prodotto tal quale perché la formazione dei cristalli di ghiaccio, che avviene durante la fase di congelamento, comporta la rottura delle pareti cellulari del vegetale con conseguente fuoriuscita di liquido cellulare e durante lo scongelamento si assisterebbe al completo disfacimento del prodotto.

Per la preparazione dei **peperoni grigliati e congelati** procedete come segue (vedi sequenza fotografica qui sopra).

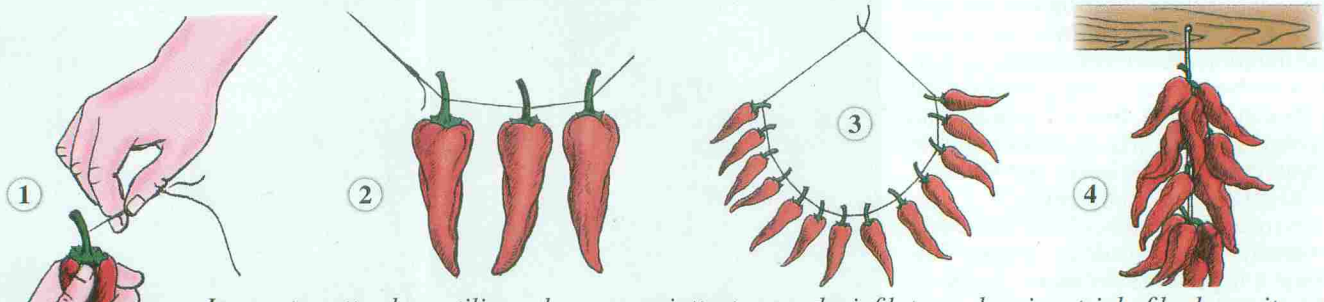
Lavate i peperoni gialli, rossi e verdi e dopo averli aperti e privati dei semi e dei filamenti **(1)**, tagliateli in listerelle di un paio di centimetri **(2)**. Disponeteli su una piastra che avrete rivestito con un foglio di carta da forno e grigliateli in forno per circa 30 minuti a 150-180° C **(3)**.

Lasciate raffreddare, quindi prendete

Peperoni grigliati e congelati



Essiccazione del peperone dolce e del peperoncino piccante



In agosto-settembre, utilizzando un ago piuttosto grande, infilate un doppio o triplo filo da cucito nel peduncolo del frutto **(1)**. *Procedete in questo modo infilando una dopo l'altra le bacche da essiccare* **(2)** *fino a formare delle «catene» lunghe circa 50 centimetri* **(3)**, *che vanno appese in un posto ombreggiato* **(4)**. *Alla sera, per evitare l'umidità notturna, le catene devono essere riposte in un luogo chiuso, fresco e asciutto. Dopo circa 20 giorni il prodotto sarà completamente essiccato*

Il peperoncino piccante: un prodotto conosciuto ed apprezzato in tutto il mondo

Quando si sia diffuso l'uso del peperoncino su vasta scala (in Italia soprattutto nelle regioni centro-meridionali, ma poi l'impiego, pur con frequenza più limitata, si è esteso anche nelle altre zone del Paese) è ben difficile determinarlo. Già nella seconda metà del 1500, il medico toscano Pier Andrea Mattioli (1500-1577) citava il peperoncino con il nome di «pepe d'India». Con tutta probabilità la sua diffusione, a partire dagli strati meno abbienti della popolazione, fu favorita dal fatto che i peperoncini erano facili da coltivare e fornivano un prodotto che si preparava e si conservava senza particolari difficoltà, ma soprattutto poteva sostituire il ben più costoso pepe.

Sui nomi che vengono dati al peperoncino vi è un po' di confusione, anche perché talora viene chiamato con il nome della varietà o del tipo di appartenenza. In Europa è piuttosto usato il termine «paprica» (dolce o piccante in diverso grado), prodotto caratteristico dell'Ungheria.

In Italia viene usato il termine «peperoncino» ed in Spagna «pimiento» (che significa peperone). I peperoncini interi ed essiccati si trovano pure con il nome di «Chili» o «Chillies» e la polvere viene chiamata «pepe di Cayenna».

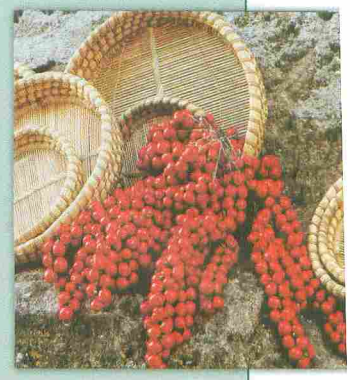
I negozi di prodotti gastronomici – o i reparti specializzati di ipermercati e supermercati – spesso dispongono del «tabasco», salsa di origine messicana, a base di peperoncino rosso e aceto, popolare anche nel sud degli Stati Uniti (Louisiana). Ne esiste pure una versione verde.

In India e nelle zone tropicali circostanti il peperoncino viene talora impiegato come uno dei numerosi componenti del «curry» (assieme a curcuma, zenzero, cardamomo e altri) che si trova facilmente pure in Italia ed in Europa.

Nelle gastronomie vi sono altri prodotti che hanno come ingrediente il peperoncino (in particolare salse), tra i quali un particolare sale che contiene peperoncino piccante in polvere.

Gli usi dei vari tipi di peperoncino sono difficilmente elencabili, essendo legati non solo alle tradizioni locali – tanto italiane che di molti altri Paesi – ma anche alla fantasia di chi cucina e di chi produce alimenti. Un esempio per tutti possono essere i salumi (salami e salsicce) contenenti peperoncino che si producono nelle regioni meridionali italiane.

La piccantezza si può attenuare bevendo latte e non acqua perché la capsaicina non è solubile in acqua, oppure mangiando un pomodoro perché l'acidità attenua la piccantezza; ma forse il sistema più efficace è quello di masticare mollica di pane imbevuta con un po' di olio.



Segnaliamo agli appassionati del peperoncino che a Diamante (Cosenza) ha sede l'***Accademia italiana del peperoncino***, fondata nel 1994 dal giornalista gastronomo Enzo Monaco e oggi diffusa in tutto il territorio nazionale.

L'Accademia, la quale come recita l'articolo 2 dello Statuto «*...si propone di creare, approfondire e diffondere una vera e propria cultura del peperoncino*», conta oltre cinquemila soci, con sessanta delegazioni accademiche nelle principali città italiane e sedi di rappresentanza a New York, Tokyo, Parigi, Monaco di Baviera, Basilea, Sydney, Lausanne.

Accademia italiana del peperoncino Onlus - Via Fausto, 1 - 87023 Diamante (Cosenza) - Tel. 0985 81130 - Fax 0985 877721 - E-mail: accademia@peperoncino.org - Sito Internet: www.peperoncino.org

delle vaschette di alluminio e disponetevi i filetti di peperone **(4)**. Chiudeteli con della carta stagnola e mettete in freezer fino al momento dell'uso ([1]). Conditeli a piacere.

Essiccazione. L'essiccazione è il metodo di conservazione degli alimenti più antico e più diffuso. Per una buona conservazione questo processo deve avvenire nei mesi caldi, agosto-settembre, ma rigorosamente all'ombra. Per questo tipo di utilizzazione, scegliete una varietà di peperoni di forma allungata, tipo peperoncino, che dovete infilare, dalla parte del peduncolo, con un doppio o triplo filo da cucito, utilizzando un ago piuttosto grande.

Si formano in questo modo delle «catene» lunghe circa 50 centimetri, che vanno appese in un posto ombreggiato. Alla sera, onde evitare che l'umidità notturna faccia regredire l'essiccazione, le catene devono essere riposte in un luogo fresco, asciutto e soprattutto chiuso. Dopo circa 20 giorni il prodotto sarà completamente essiccato.

Un altro sistema è quello di porre i peperoni su teli o reti, in locali asciutti e ben aerati per 3-4 giorni e poi procedere come sopra, formando le catene e appendendole ad essiccare.

I peperoni essiccati si possono utilizzare nella preparazione di salumi e conserve di pesce. Inoltre si possono fare rinvenire in acqua tiepida e poi utilizzare come ingredienti per contorni di carne, formaggi o nella preparazione di frittate.

Un altro modo di utilizzare il peperone secco è quello di macinarlo con il frullatore e con esso insaporire zuppe (ottimo con la pasta e fagioli), pasta, sughi.

Peperoni posti ad essiccare in lunghe «catene»

Impiego e conservazione del peperoncino

In genere si utilizza il prodotto secco, conservato intero o macinato; ma anche per il peperoncino si può ricorrere al congelamento

Per quanto riguarda i peperoncini, le apposite varietà – soprattutto quelle con frutti dolci – si conservano a lungo sotto aceto. Le varietà piccanti vengono il più delle volte fatte maturare completamente sulla pianta. I frutti raccolti vengono poi lasciati seccare, riuniti in mazzetti o in trecce, e poi conservati interi o macinati.

Va ricordato che, oltre al prodotto piccante, se ne può preparare uno dolce utilizzando appunto peperoni o peperoncini dolci solitamente di varietà rosse. Si potrebbero impiegare pure varietà gialle, ma è proprio il colore rosso accesso che è capace di conferire ai piatti un pregio particolare.

Con il peperoncino piccante si può preparare una grappa di sapore particolare. Sapore altrettanto particolare si ottiene aggiungendolo alla cioccolata come facevano i popoli sudamericani ancora

A sinistra. «*Catene*» *di peperoncini piccanti in fase di essiccazione.* A destra. *Peperoncino piccante a ciliegia secco, intero e macinato a scagliette (nel particolare)*

prima della scoperta dell'America.

Anche per il peperoncino i metodi di conservazione sono essenzialmente l'essiccazione e il congelamento.

Essiccazione. Si effettua con il procedimento indicato per il peperone. Una volta terminata la fase di essiccazione, i peperoncini possono essere conservati in sacchetti di carta oppure in barattoli di vetro posti in un luogo fresco e asciutto.

Si può procedere anche alla macinazione, con un macinacaffé oppure con un frullatore (questi attrezzi devono essere puliti con molta accuratezza sia prima che dopo l'impiego); la dimensione della polvere dipende dai gusti del consumatore.

Se si desidera ridurre la piccantezza del peperoncino macinato basta eliminare una parte dei semi, che sono i principali responsabili di caratteristico gusto piccante, prima di procedere alla macinazione.

Il peperoncino macinato va posto in un contenitore ben chiuso e tenuto in un luogo fresco e al buio.

Congelamento. Il congelamento del peperoncino permette di ottenere un prodotto molto simile al «fresco» e di facile e rapido utilizzo. È importante, prima del congelamento, procedere con l'operazione di «scottatura»; in questo modo, durante il congelamento, l'acqua presente nel peperoncino forma dei microcristalli di ghiaccio che impediscono la formazione di grosse gocce di acqua che hanno l'effetto di rompere le pareti cellulari, con conseguente perdita di consistenza del prodotto all'atto dello scongelamento.

La scottatura si effettua immergendo i peperoncini, precedentemente lavati, privati del gambo e tagliati a metà o più parti (a seconda delle dimensioni) in una soluzione, portata a bollore, di acqua e aceto di vino bianco in parti uguali per due minuti. Si lascia poi raffreddare e si riducono ulteriormente le dimensioni dei peperoncini a seconda dell'utilizzazione finale del prodotto.

Per una maggiore praticità di utilizzo è consigliabile congelare piccole dosi di peperoncino in sacchetti di plastica adatti a questo scopo ([1]). È bene poi ricordare che una volta scongelato, il prodotto non può più essere ricongelato. ❑

([1]) Per evitare che i prodotti che contengono peperone o peperoncino cedano il loro sapore agli altri cibi presenti nel congelatore, è consigliabile porli in un sacchetto di plastica a sua volta inserito in un altro sacchetto di plastica.

Libreria verde

ORTICOLTURA

NEL MIO ORTO TUTTI I MESI
di Gianfranco Schiavo
192 PAGINE
130 ILLUSTRAZIONI
Prezzo di copertina
€ 20,00
Per i nostri abbonati € 18,00

L'orto, piccolo o grande che sia,
offre con i suoi prodotti molte soddisfazioni,
ma richiede passione e conoscenze di coltivazione,
sia pratiche che teoriche.
Occorre pertanto una corretta progettazione
e soprattutto tempestività nell'esecuzione dei lavori.
Questo manuale illustra, mese per mese, gli interventi
colturali e fitosanitari e offre validi consigli pratici.

EDIZIONI L'INFORMATORE AGRARIO - C.P. 443 - 37100 Verona
Tel. 045.8057511 - Fax 045.8012980 - E-mail: edizioni@informatoreagrario.it - Internet: www.libreriaverde.it

Le qualità nutrizionali del peperone e il suo impiego in cucina

Non è facile trovare ortaggi che racchiudano in sé le qualità alimentari del peperone e del peperoncino. Anche recenti esperienze e studi dietetici confermano le possibilità di questi ortaggi di prevenire od attenuare diverse malattie preoccupanti per la nostra salute.

Il peperone nella nutrizione

È un ortaggio ricco di vitamine e di apporto calorico contenuto, ma che per qualcuno può essere poco digeribile poiché induce un aumento della secrezione gastrica

Assieme al pomodoro e alla melanzana, il peperone è certamente l'ortaggio principe dell'estate. Se ne coltivano varietà diversissime per forma, consistenza, sapore e colore.

I peperoni sono ortaggi molto amati nei mesi caldi per la loro proprietà di combinarsi felicemente con altri ingredienti di stagione, dando origine a preparazioni gastronomiche che si adattano perfettamente alla tavola estiva. Si pensi solamente ai peperoni ripieni, ottimi sia tiepidi che freddi, alla peperonata, ai sughi per la pasta, ai peperoni alla griglia, a quelli conservati sott'olio o sott'aceto, ecc.

Dal punto di vista nutrizionale, il peperone è soprattutto un ortaggio ricco di vitamine. In 100 grammi di peperone verde si trovano ben 140 microgrammi (un microgrammo – µg – è la milionesima parte di un grammo) di **vitamina A** (antiossidante e protettrice della pelle e delle mucose), che corrispondono al 20% del suo fabbisogno giornaliero. La vitamina A è letteralmente triplicata nei peperoni gialli e rossi, che possono arrivare a contenerne anche 450 milligrammi per 100 grammi.

Elevato è anche il contenuto di **vitamina C** (migliora l'efficienza del sistema immunitario, preserva il sistema cardiovascolare dai processi degenerativi, riducendo il rischio di trombi e di infarto). In soli 100 grammi di ortaggio se ne trovano oltre 150 milligrammi, una quantità tripla rispetto a quella presente negli agrumi.

Non mancano nemmeno discrete quantità di **minerali** (ferro, calcio, potassio, fosforo) e di **fibra** (poco meno di 2 grammi per 100 grammi).

L'apporto calorico, come è doveroso per un ortaggio estivo, è molto contenuto e si aggira attorno alle 30 kcal per etto.

È bene scegliere sempre peperoni sodi e lucidi (indizi di freschezza del prodotto), soprattutto se si intende consumarli crudi. Questo è infatti il modo migliore, dal punto di vista nutrizionale, per mangiare i peperoni. In ogni caso, i peperoni crudi vanno aggiunti ad una insalata mista solo in piccola quantità. La loro spiccata capacità di far aumentare la secrezione gastrica, in effetti, può non essere tollerata da tutti.

Per migliorarne la digeribilità si preferisce talvolta eliminare la cuticola esterna. Questa operazione è facilitata da un veloce passaggio su una piastra arroventata o in un forno ben caldo.

Le conserve casalinghe di peperoni sott'olio, se non preparate con attenzione e scrupolo, possono talvolta favorire lo sviluppo del botulino. È bene dunque (oltre a curare meticolosamente l'igiene

Il peperone è un ortaggio molto consumato nella stagione estiva e si presta in cucina per diverse e ottime preparazioni

Composizione del peperone dolce
(per 100 grammi)

Principi nutritivi	Quantità
Materia secca (%)	8
Proteine (grammi)	0,9
Fibra (grammi)	1,9
Calcio (milligrammi)	17
Ferro (milligrammi)	0,7
Carboidrati (milligrammi)	4,2
Tiamina (milligrammi)	0,05
Riboflavina (milligrammi)	0,07
Niacina (milligrammi)	0,5
Vitamina C (milligrammi)	151

Fonte: Istituto nazionale di ricerca per gli alimenti e la nutrizione - 2000

Diverse tipologie di peperoncino piccante. Gli amanti di questa spezia, che rende gli alimenti più gustosi e più sani, non hanno che l'imbarazzo della scelta fra le numerose forme, i vari colori e grado di piccantezza più o meno marcato

personale e delle attrezzature utilizzate) sbollentare i peperoni in acqua salata e aceto (ottima una soluzione composta dal 50% di acqua e 50% di aceto di vino, alla quale va aggiunto un 10% di sale) prima di metterli nei vasi.

Il peperoncino nella nutrizione

È ricco anch'esso di preziose vitamine ed è un antibiotico naturale, attivo contro funghi e batteri

Contrariamente all'abitudine di molti estimatori di questo vegetale, secondo diversi medici e ricercatori anche il peperoncino andrebbe mangiato crudo per poter apprezzare le sue virtù curative.

Molte malattie sarebbero anzi prevenute dall'assunzione regolare e in dosi appropriate di peperoncino crudo in polvere. Aterosclerosi, infarti, emorroidi, ulcere, ragadi, artrosi, reumatismi, ipercolesterolemia, varici sarebbero influenzate favorevolmente da alcune componenti del peperoncino, in particolare dalle **vitamine A** e **C**, presenti nella polpa, e dalla **vitamina E**, presente nei semi.

Come è noto, queste sostanze esercitano una potente attività antiossidante. In altre parole, le vitamine riparano prontamente i danni provocati sulla struttura cellulare (soprattutto dei capillari sanguigni, che trasportano ovunque il benefico sangue ossigenato) dall'invecchiamento biologico, ma anche dai farmaci, dall'inquinamento ambientale, dall'alimentazione scorretta.

Attenzione alle dosi, però! Secondo il Servizio dietologico dell'ospedale S. Giovanni di Roma, per avere un effetto apprezzabile non si dovrebbe scende-

Composizione del peperoncino piccante
(per 100 grammi)

Principi nutritivi	Quantità
Materia secca (%)	12,2
Proteine (grammi)	1,8
Fibra (grammi)	1,5
Calcio (milligrammi)	18
Ferro (milligrammi)	0,5
Carboidrati (milligrammi)	3,8
Tiamina (milligrammi)	0,09
Riboflavina (milligrammi)	0,23
Niacina (milligrammi)	3
Vitamina C (milligrammi)	229

Fonte: Istituto nazionale di ricerca per gli alimenti e la nutrizione - 2000

Frittata con peperoni secchi e asparagi

re al di sotto della soglia minima terapeutica giornaliera che corrisponde a 1 grammo di polvere di peperoncino crudo ogni 10 chilogrammi di peso corporeo (si calcoli che un cucchiaino piccolo da caffè non troppo colmo corrisponde a circa 3 grammi).

Un'altra proprietà del peperoncino è tradizionalmente sfruttata nei Paesi caldi. L'aggiunta di questa spezia agli alimenti li rende non solamente più gustosi, ma anche più sani. Il peperonci no, infatti, è una fonte di antibiotici naturali contro funghi e batteri portatori di malattie. Ricercatori della Cornell University (New York) hanno verificato che il peperoncino inibisce la crescita dell'80% dei germi testati.

Il peperoncino è anche dotato di una buona azione revulsiva (cioè riattiva la circolazione locale). Per questo sono disponibili in farmacia e in erboristeria unguenti e cerotti a base di peperoncino che possono essere utilizzati per applicazioni esterne in caso di artrosi e nevralgie.

Alcune preparazioni a base di peperone

Frittata con peperoni secchi e asparagi

Ingredienti: 4 uova; 5-6 asparagi; peperoni secchi a piacere; sale.

Preparazione. Pulite e accorciate gli asparagi, lessateli **(1)** e scolateli. Fate rinvenire i peperoni secchi in acqua tiepida **(2)**, poi asciugateli **(3)** e tagliateli a pezzetti **(4)**. Tagliate a pezzetti anche gli asparagi **(5)**. Mettete in una padella dell'olio, aggiungete i peperoni e gli asparagi e fateli rosolare **(6)**, rigirandoli. In una ciotola sbattete le uova **(7)** aggiungendo il sale ed eventualmente del formaggio grattugiato. Aggiungete le uova alle verdure **(8)** e portate a cottura la frittata. Ecco come si presenta il piatto pronto **(9)**.

Conserva di peperoni sott'aceto

Ingredienti: 500 grammi di peperoni rossi; 500 grammi di peperoni verdi; 1 spicchio d'aglio; pepe in grani; aceto di vino bianco; sale.

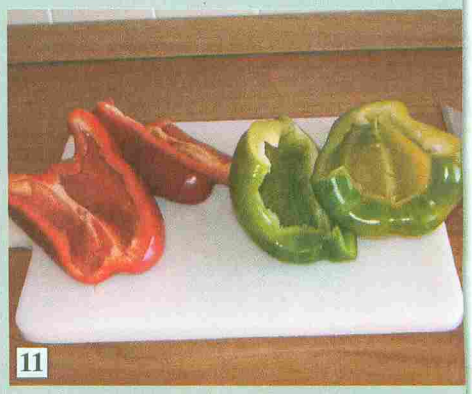
Preparazione. Lavate bene i peperoni **(10)**, togliete i semi, il torsolo e i filamenti **(11)**, quindi tagliateli a listerelle **(12)**.

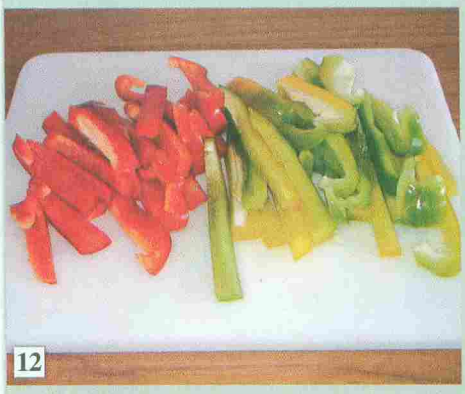
In una pentola mettete l'aceto, il sale e portate a bollore. Immergete i peperoni **(13)** e fate cuocere per 5 minuti **(14)**. Quindi scolateli e fateli asciugare su carta assorbente **(15)**.

Successivamente mettete le listerelle di peperone nei vasi, aggiungete qua e là il pepe in grani e l'aglio tagliato a pezzetti, riempite con il liquido di cottura e chiudete ermeticamente i vasi **(16)**. Conservate in luogo fresco e asciutto.

Conserva di peperoni sott'aceto

10


11


12

13

14

15

16

Salsa di peperoni

Ingredienti: 1 kg di peperoni dolci rossi (puliti, solo la polpa); 100 grammi circa di cipolla; 100 grammi di pomodoro ben maturo; alcuni spicchi di aglio.

Preparazione. Dopo aver tagliato e cotto assieme i componenti (fino a che la cipolla è cotta), si passa il tutto con il passaverdura. Si ottiene così una passata multiuso che va impiegata in quantità pari circa a un quarto della dose che si usa comunemente per la salsa di pomodoro. Può servire per condire la pastasciutta, preparare risotti, insaporire piatti a base di carne (umidi, brasati) e pesce.

A seconda dei gusti si può unire una piccola quantità di origano oppure si può renderla piccante in diverso grado aggiungendo peperoncino. Si può inoltre congelare in limitate porzioni.

Conserva di peperoni sott'olio

17

18

19

Conserva di peperoni sott'olio

Ingredienti: 2 peperoni rossi; 2 peperoni verdi; 2 peperoni gialli; 2 spicchi d'aglio; olio di oliva quanto basta; sale fino.

Preparazione. Eliminate il peduncolo dei peperoni, tagliateli in due parti, privateli dei semi e dei filamenti bianchi **(17)**. Posate i pezzi di peperone sulla piastra, infornateli e lasciateli ammorbidire per 20 minuti a 150° C **(18)**. Togliete la pelle dai peperoni **(19)** e tagliateli a listerelle di un centimetro di larghezza **(20)**.

Pelate l'aglio e tagliatelo a fettine sottili. Riempite il barattolo di vetro alternando i peperoni e l'aglio, coprite il tutto con abbondante olio di oliva: l'olio deve oltrepassare l'ultimo strato di verdura di almeno un centimetro **(21)**.

Chiudete ermeticamente il barattolo e procedete con la sterilizzazione ponendolo in una pentola con acqua bollente per almeno 60 minuti (meglio 90); lasciate macerare in un luogo fresco e al buio per un mese. Si conserva per sei mesi.

20

21

Contorno di peperoni

22

23

Contorno di peperoni

Ingedienti: 3 peperoni di diversi colori; 1 pomodoro; sale; pepe; aglio; olio.

Preparazione. Altro modo per conservare i peperoni è quello di cucinarli e successivamente congelarli. Lavate i peperoni **(22)**, ripuliteli da semi e filamenti, tagliateli a piccoli pezzi **(23)** e metteteli in padella con olio, sale, pepe, aglio, basilico e pomodoro **(24)**. Fate cuocere fino alla consistenza desiderata quindi lasciate raffreddare **(25)**, riponete in contenitori da freezer **(26)** e congelateli fino al momento del consumo. Sono un ottimo contorno per carni. ❑

24

25

26